это ВКУСНО!

БЛЮДА ДЛЯ ЛЮБВИ

Эротическая кухня

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Эротическая кухня играет колоссальную роль в нашей жизни. Ведь с помощью умело подобранных блюд можно было бы решить очень много проблем, как в любовных, так и в житейских делах. Если научиться точно использовать секреты «любовной кухни», то можно в полной мере уяснить все секреты и всю красоту любовных отношений между мужчиной и женщиной, найти решение многих вопросов, которые мешают нам спокойно жить и в полную меру наслаждаться любовью.

- Галина Светлая
  - Введение
  - Травы и специи
  - Основные правила приготовления эротической пищи
  - Салаты
  - Первые блюда
  - Закуски и горячие блюда
  - Десерты и выпечка
  - Напитки

Галина Светлая
Блюда для любви. Эротическая кухня

Введение

Эротическая кухня — это целая наука, изобретенная нашими прародителями. Она играет колоссальную роль в нашей жизни, хотя не все это замечают. А ведь с помощью умело подобранных блюд можно было бы решить очень много проблем, как в любовных, так и в житейских делах. Если научиться точно использовать секреты «любовной кухни», то мы в полной мере сможем уяснить все секреты и всю красоту любовных отношений между мужчиной и женщиной, найти решение многих вопросов, которые мешают нам спокойно жить и в полную меру наслаждаться любовью.

В самом начале необходимо сказать несколько слов о ключевых принципах эротической кухни, в частности об афродизиаках. Так называются вещества, обладающие свойством стимулировать половое влечение и повышать половую активность. Свое наименование они получили от Афродиты, которая, как известно, была не кем-нибудь, а богиней любви и красоты.

В эротической кухне для приготовления пищи широко используются травы, овощи, плоды, коренья, приправы и пряности. Также не следует забывать о молочных и кисломолочных продуктах, таких как кефир, творог, йогурт, сыр. Пища, употребляемая человеком, должна содержать множество витаминов, в том числе «витаминов размножения» — А и Е. Они содержатся в яйцах, тресковой печени, моркови. Для нормального полового возбуждения необходимо, чтобы в рационе было достаточно витамина В, который содержится в бобовых культурах, картофеле, рыбе. Кроме того, эротическая пища должна содержать в себе достаточное для организма количество белков, жиров и углеводов.

Для приготовления эротических блюд используется мясо крупного и мелкого рогатого скота, а также рыбы различных видов. Из рыб наиболее сильной в качестве афродизиака считается камбала — рыба, пробуждающая любовь. Из дичи — фазан и дрозд, из домашних птиц любовным деликатесом слывут петушиные гребешки. Сильный любовный напиток — верблюжье молоко. Нужно сказать о том, что продукты-афродизиаки не терпят длительной жарки, их готовят методом так называемого пульсирующего нагревания.

На самом деле издавна известны растительные и животные вещества, способные создать, повысить, усилить сексуальное влечение. Например, амбра или мускус — компоненты животного

происхождения, добавляемые в духи. Восточные ароматы (в них кладут больше мускусосодержащих веществ) дурманят и прямо таки притягивают мужчин. В древности люди использовали для поднятия потенции по большей части наркотические вещества в виде порошков, мазей и напитков. На Востоке поклонялись «чувственному» опиуму. Без галлюциногенных кактусов и грибов не обходились ритуальные оргии в Центральной Америке. В Европе ценились грибы трюфели, которые имели способность «воспламенять погасшее пламя». Дикая горчица, чабрец, мята, хрен, анис, сельдерей, кориандр, спаржа и в древних, и в новых фармакопеях фигурируют как средства для возбуждения желания. Капуччино, пенистая смесь сливок и кофе, придуманная монахами ордена капуцинов, помогает поддерживать сексуальную активность. Препараты из пыльцы растений, мед, орехи, оливковое масло, бананы, проросшие зерна пшеницы, по мнению многих врачей и знахарей, являются лучшими для поддержания сексуальной активности. Король среди афродизиаков — корень женьшеня, почитающийся и использующийся вот уже четыре тысячи лет. Мускатный орех, перец, гвоздика, шафран, имбирь, розмарин, как и многие другие ароматические приправы, очень располагают к чувственности. Любвеобильная Екатерина Медичи не обходилась без артишоков и чеснока. Наиболее экзотическими афродизиаками считаются «бобровая струя» и мускус кабарги, выделяемые особыми железами этих животных. В некоторых странах, например, в Малайзии и поныне используют в качестве афродизиаков змеиную кровь и растертую в порошок кожу ящериц. В Европе многие века известна шпанская мушка, тельце и крылья которой содержат кантаридин, вызывающий сильное возбуждение. Во времена Великой французской революции она была неотъемлемой частью любовных блюд и напитков.

Но нужно обязательно проявлять осторожность и не злоупотреблять «сладострастными» средствами. Многие из них в силу выраженного стимулирующего действия могут спровоцировать гипертонический кризис или приапизм (многочасовая болезненная эрекция).

Где же найти безопасные вещества, которые вместе с тем обладали бы сильным действием? Ответ прост — на кухне. Повысить сексуальность или просто пробудить сексуальное влечение способны пряности, например, такие, как мускатный орех, шафран, гвоздика, корица, красный перец, кардамон, ваниль. Среди растений наиболее известны китайский лимонник, сельдерей, пастернак, родиола розовая, заманиха, левзея, элеутерококк, медуница.

Многовековой интерес к вопросам сексуальных отношений привел к открытию возбуждающего действия ряда продуктов. Возбуждающим действием могут обладать вкус, запах, химический состав, внешний вид еды (или эти свойства в каком-то определенном сочетании). У каждого народа список таких продуктов насчитывает несколько десятков названий. Они могут пробуждать страсть, удлинять период сексуальной активности и т. д. В одном из кулинарных рецептов даже утверждается, что у мужчины, который попробует данное блюдо, эрекция будет сохраняться целый месяц. Конечно, это очевидное утрирование. Однако многие продукты действительно заслуживают статуса возбуждающих. Перечислим некоторые из них.

Артишоки. Считается, что артишок больше всех других плодов, не считая папайи, напоминает влагалище; его бесчисленные листики похожи на многослойные губы, закрывающие сердцевину — нежную и свежую, защищенную шелковистой кожицей. Артишоки в большом почете у французов, по их мнению, они «подогревают гениталии». При приготовлении они дают огромное количество отходов. Едят только нижние сырые листья, все остальное выбрасывают. Артишоки, фаршированные маринованными креветками — эротическое блюдо, вызывающее непередаваемые ощущения.

Аспарагус (спаржа). Спаржа известна еще и как лекарство от болезней простаты. Спаржа содержит аспарагин, известный диуретик, который улучшает работу мочеточников. Нежные побеги срезают и едят весной. Чем моложе побег, тем он нежнее. Варить спаржу надо недолго, ни в коем случае не переваривать. Богатая витамином А, фосфором, кальцием и калием, спаржа по праву считается возбуждающей пищей.

Авокадо. Свое название этот фрукт получил от ацтеков, которые называли этим словом мужские яичкл. На самом деле свешивающиеся с дерева плоды авокадо и впрямь походят на яички. Авокадо — высокопитательный фрукт, богатый белками, витамином А, калием и незаменимыми жирными кислотами, в рационе с успехом может заменить мясо. Авокадо — одно из составляющих салатов. Его также мелко натирают или оно подается протертым, как гуакамол — любимое блюдо мексиканцев. Возбуждающее действие авокадо известно давно и оно давно перестало быть привилегией только Мексики. Эти плоды доставляли еще Людовику XIV, страдавшему импотенцией. Существует множество разновидностей авокадо, самый питательный из них — так называемый хаас, произрастающий в Калифорнии.

Банан. Из-за своей фаллической формы банан всегда был

предметов множества анекдотов и шуток. Кстати, некоторые утверждают, что злополучный плод с древа познания, который Ева преподнесла Адаму, — это вовсе не яблоко, а… правильно, банан. Бананы богаты калием и природными сахарами. В аюрведе в числе возбуждающих средств банан стоит не на последнем месте.

Грибы. Грибы, шляпка которых, сходная одновременно и с зонтиком и с головкой фаллоса, поднимается над стройной ножкой, являются «героями» всяческих легенд, мифов, они всегда вызывали множество страхов и домыслов. Они могут быть съедобными, галлюциногенными, ядовитыми, но в фольклоре многих народов они почитались как средство, возбуждающее пророческий дар. В некоторых случаях они считались даже посланниками смерти. Многие считают, что сома — легендарное вещество космического видения, упоминающееся в индийской мифологии — на самом деле просто галлюциногенный гриб *Amanita Muscaria.* Раньше грибы были привилегией избранных. Теперь они доступны каждому и в больших количествах. Из них готовят супы, салаты, подливки, соусы. Сами по себе они не слишком питательны, но являются кладезем цинка. Считается, что грибы — источник сексуальной энергии.

Дикий рис. На самом деле это совсем не рис. Это — дикое водяное растение, чем-то напоминающее камыш, растущее в болотистых районах центра Соединенных Штатов. Оно чрезвычайно дорогое и подается в небольших количествах как деликатес. Часто его используют как начинку пирога или готовят с коричневым рисом. Дикий рис обладает удивительным, ни с чем не сравнимым вкусом. И у него довольно стойкая репутация «эротической пищи». Попробуйте его с подливкой и фаршированными грибами и насладитесь его тонизирующим и возбуждающим эффектом.

Икра — деликатес. Икру многие люди считают главной эротической едой. Аристократы с времен Казановы до наших дней считали икру лучшим лакомством в постели. Икра богата белком и легко усваивается. Нельзя отрицать ее особое возбуждающее действие.

Кокос. В аюрведе говорится, что кокос увеличивает количество спермы и очищает мочевой пузырь. Мякотью ореха, вязкой, богатой маслом, в тропиках часто заменяют мясо. Индийские врачи рекомендуют его как ценную пищу при повышенной утомляемости, вызванной хроническими заболеваниями. Кокосовое молоко с медом утоляет жажду, улучшает пищеварение, повышает аппетит, в том числе и сексуальный. Напиток из ананасового сока, свежей папайи и

натертого свежего кокоса — омолаживающее и освежающее блюдо, которое поможет вам пополнить запас ферментов и возбудить сексуальный интерес.

Кунжутное семя. Кунжут очень высоко ценится. Некоторые народы наделяют его мистическими свойствами. Кунжутное семя очень питательно. Его широко используют в Индии и других восточных странах. Кунжутное семя содержит большие количества витамина Е. В Индии считается, что кунжут продлевает жизнь. Тахини, масло из молотого семени, — отличный заменитель мяса. Его советуют употреблять с медом для повышения сексуальной активности. Из молотого кунжута и меда делают халву, славящуюся на Востоке своими возбуждающими свойствами.

Ламинария (морская капуста). Кто бы мог подумать, что обыкновенная морская водоросль окажется в одном ряду с самыми экзотическими продуктами, стимулирующими сексуальность? Ламинария высоко питательна и содержит все необходимые питательные вещества. Морская капуста чрезвычайно богата минеральными солями, что позволяет ей превращать обыкновенные или ослабленные железы в маленьких производителей гормонов. Обычно ламинария готовится с овощами или рыбой и особенно вкусна в собственном соку. Ежедневное употребление ламинарии поможет вам надолго сохранить форму.

Лук. Незаменимый продукт повседневного употребления. Есть много его разновидностей — жемчужный, белый, желтый, испанский и бермудский. Этот самый обыкновенный, всем известный овощ, стоит чуть ли не на первом месте среди продуктов, наделяющих человека сексуальной энергией. Лук, который называют «мускусом бедных», восхваляется в аюрведе как диуретик, а также тонизирующее, возбуждающее, очищающее кровь средство. В исламской, китайской, европейской и индийской любовной традиции ни один продукт так широко не используется, как лук. В подливках, копченостях, в жарком, рубленый, порезанный кольцами и даже в виде сока, лук считается прекрасным средством для поддержания сексуальности. Его употребление даже запрещено в некоторых монастырях.

Манго. Если слово «божественный» можно отнести к фрукту, то это будет не что иное, как манго. Этот сочный и сладкий плод растет в Индии. В аюрведе манго обозначено как легкоперевариваемое, укрепляющее и возбуждающее. Манго явно похоже на яички, что возбуждает фантазию и вызывает желание.

Марципан, сладкая миндальная масса — десерт гурманов,

считающийся особенно возбуждающим. Миндаль растет на Востоке, в Италии, Испании, Калифорнии и везде имеет репутацию афродизиака.

Миндаль. Его часто называют «королем орехов». Миндаль богат рибофлавином, белком, витамином Е и кальцием. Его веками употребляли индусы, арабы и китайцы для сохранения сексуальной энергии. Аюрведа отмечает, что миндаль прекрасно питает мозг, что он является сильным возбуждающим средством; миндальное масло обновляет спинно-мозговую жидкость.

Мед. Этот сладкий эликсир, производимый пчелами из цветочного нектара часто называют пищей богов. Разновидностей меда существует много, как и медовых ароматов — они зависят от цветов, с которых пчелы собрали нектар. Все эти запахи неповторимы: от тяжелого, глубокого аромата каштанового меда до легких, увлажняющих уста запахов лаванды и дикого чабреца. Мед в особенности почитают за то действие, которое он оказывает на половую жизнь. Он — лучший восстановитель половой энергии и входит в некоторые рецепты возбуждающих блюд вместе с орехами, фруктами, яйцами, мясом. Мед можно есть только натуральный, не гретый и не фильтрованный, сохраняющий свой естественный привкус.

Окра (дамские пальчики). Арабы издавна ели ее с соусом. Люди, в старые времена доставлявшие окру в Новый Орлеан, где она получила широкое распространение как основной ингредиент блюда из стручкового растения под названием гумба, или мясных блюд, считали, что она разжигает сексуальный огонь. Окра сейчас широко употребительна на юге Соединенных Штатов, обычно ее добавляют в тесто. Аюрведа рекомендует мягкую, нежную окру как омолаживающую, тонизирующую и возбуждающую пищу.

Оливковое масло. Самое питательное из всех растительных масел и лучше всех усваивается. Оно может долго храниться без прогревания и не прогоркает. Богатое незаменимыми жирными кислотами, оливковое масло дает полноценную пищу половым органам. Настоящее оливковое масло, выжимаемое из оливок, без примесей, лучше всех других масел. Греки утром в первую очередь выпивали глоток оливкового масла, а затем большую ложку свежего меда, чтобы прочистить желчные протоки и наполнить силой половые органы. Оливковое масло с эстрагоновым уксусом отлично подходит для маринования грибов. Натуральное оливковое масло — один из самых полезных для здоровья продуктов. Оно к тому же еще неплохое косметическое средство. Народы Средиземноморья в течение многих веков применяли его в религиозных ритуалах для помазания.

Проростки пшеницы. Наиболее питательная часть зерен пшеницы. Проростки являются хорошо известной «здоровой пищей». Они богаты витамином Е, знаменитым «сексуальным» витамином, а также остакозанолом, активным сперматогенным ингредиентом. Проростки пшеницы повышают сексуальную активность и заметно улучшают половую жизнь. Причем они сохраняют свое действие в сочетании с любыми продуктами. Пшеничные проростки лучше брать в вакуумной упаковке, иначе они испортятся и будут иметь горький вкус. Масло из проростков тоже является афродизиаком, к тому же оно вполне доступно. Одного ежедневного глотка масла достаточно для длительного повышения половой активности.

Пчелиная пыльца. Это — крайне полезное вещество, она содержит практически все известные питательные вещества — она чрезвычайно богата аминокислотами, витаминами, минеральными солями, РНК, ДНК и супероксиддисмутазой, которая замедляет процесс старения. Пчелиная пыльца применяется атлетами всего мира для укрепления сил и увеличения стойкости. По данным опроса, который проводился среди долгожителей в России, они ели пчелиную пыльцу в огромных количествах на протяжении многих лет, создавая динамичную питательную основу для продолжительной здоровой жизни. С точки зрения пробуждения сексуального интереса пчелиная пыльца — один из самых действенных продуктов.

Топленое масло — осветленное масло, с которого сняты сливки. Оно является основным продуктом, использующимся в индийской кухне. Его нередко применяют вместо растительного масла для приготовления соуса карри, овощей и многих других блюд. Считается, что топленое масло улучшает зрение, повышает аппетит, укрепляет память, увеличивает количество спермы, разжигает сексуальный интерес. Топленое масло легко усваивается и придает тонкий аромат блюдам, которые на нем готовятся. Это — основная составляющая многих «любовных» блюд. Чтобы приготовить топленое масло, нагрейте масло в миске, чтобы оно растаяло. Затем аккуратно снимите ложкой молочную пенку. Хорошо осветленное топленое масло долго хранится.

Трюфели. Эти грибы крайне редки и дороги. Но, тем не менее, они являются лучшим афродизиаком, оставляя позади даже икру и устрицы. Трюфели — небольшие, мягкие подземные грибы. Они растут в лесах Западной Европы и Тихоокеанского северо-запада. Их никогда не удавалось выращивать искусственно, что сгущает вокруг них мистический ореол и поднимает их цену. В древних античных рукописях есть рецепты

приготовления трюфелей, восхваляющие их возбуждающие качества. Прославленные соблазнители, включая Казанову и Людовика XIV, замечали, что трюфели обладают особым вкусом, который невозможно описать словами. Кстати на кулинарных конкурсах поварам запрещено использовать трюфели, так как они автоматически делают вкус любого блюда волшебным. Однако трюфелей становится все меньше из-за загрязнения экологии.

Улитки. Наземные, пресноводные и морские улитки считаются деликатесом во многих странах. Во Франции готовят эскарго — блюдо из улиток, воздействие которого на сексуальную активность ставит его в один ряд с чесноком, грибами и устрицами. К счастью, улитки вполне доступны, расценки на них не столь устрашающие, как на икру или трюфели. До сих пор в ходу легенда о любви к улиткам Юлия Цезаря. Приготовленные в масле с грибами или поданные в соусе с кориандром, улитки могут возбудить даже самых уставших людей, пробуждая сильнейшее сексуальное влечение.

Устрицы. Эти маленькие моллюски пользуются заслуженной популярностью. О них с восторгом говорили Казанова, Наполеон, Людовик XIV, король Генрих IV, Рабле, Вольтер и многие другие знаменитые люди. Высокое содержание фосфора и цинка укрепляет их репутацию, делая их полезными в сексуальном отношении, *кал* для мужчин, так и для женщин. Многие врачи поддерживают и даже назначают употребление устриц как возбуждающей пищи. Устрицы поглощаются в огромных количествах. Всегда было множество мужчин, которые старались изобразить из себя самых рьяных едоков устриц и, следовательно, лучших любовников. Такое гастрономическое состязание бессмысленно. Гораздо разумнее было бы умеренно пообедать устрицами с любимой и перейти к десерту.

«Устрицы со скалистых гор». Если вы думаете, что это особый вид устриц, то вы ошибаетесь. Так называются — что бы вы думали — яички теленка! Жаркое из них вы можете найти в меню некоторых ресторанов и кафе в Колорадо. Конечно, далеко не все в восторге от идеи их употребления в пищу, к этому надо привыкнуть. На самом деле, люди которые их пробовали, утверждают, что они практически ничем не отличаются от других частей быка. Разница лишь в том, что вы почувствуете больший сексуальный подъем от «устриц скалистых гор», чем от, скажем, грудинки.

Финики. Считаются самым сладким фруктом на Земле. Они произрастают в Африке, Средней Азии, южной Калифорнии. Финики являются основной едой во многих районах тропиков и пустынь, где только высокие и стройные финиковые пальмы и

спасают от жгучего солнца. Согласно аюрведе, финики очищают кровь и увеличивают количество спермы. Содержащийся в них сахар очень полезен при продолжительном сексе, возможно, поэтому финики считают «эротической» пищей. Финиковые рулеты — классическая возбуждающая пища. Это — мелкорубленые протертые финики, завернутые в кусочки кокоса и наполненные бланшированным миндалем.

Фисташки. В Средней Азии и Индии считается, что фисташки повышают сексуальность. В настоящее время они активно выращиваются и в Калифорнии. Говорят также, что они очищают кровь. Фисташки с медом инициируют любовное влечение.

Чеснок. Многих смущает его запах. Но не все знают, что именно благодаря своему знаменитому запаху чеснок — особенно ценная «эротическая» пища. Он широко используется в восточной и индийской медицине, а также известен как «русский пенициллин» благодаря своим удивительным свойствам натурального антибиотика. Как афродизиак чеснок вообще можно назвать легендарным продуктом. Он широко используется итальянцами и незаменим в рационе гурмана. Однако если вы хотите применить чеснок в качестве афродизиака, не забывайте, что ваш партнер должен тоже его съесть, чтобы дыхание одного не вызывало неприязнь у другого. Чеснок, жаренный в масле с яйцами, — традиционное эротическое блюдо.

Яйца. Яйца — белковый продукт, который вот уже не один век применяется в качестве сексуального стимулятора. Перед любовными утехами их с удовольствием съедал Казанова. Аюрведа называет яйца «моментально упрочивающими». Один из персидских поэтов рекомендовал есть как можно больше жаренных в масле яиц, чтобы обеспечить себя «топливом» для активного и продолжительного любовного марафона. Яичный ликер (яйца, смешанные с молоком, сливками, медом, ванилью и мускатным орехом) — неплохой «эротический» десерт. Из яиц можно приготовить и множество других вкусных блюд. Только старайтесь использовать исключительно свежие яйца.

Травы и специи

Травы и специи прямо-таки волшебно воздействуют на вкус еды. Торговля пряностями всегда была связана со странствованиями, приключениями, риском и опасностью. В древние времена люди преодолевали колоссальные расстояния, чтобы только достать эти волшебные пряности. Специи и впрямь представляют собой настоящие вкусовые сокровища. Они возбуждают вкус, придают пикантность пище. Многие приправы славятся своим возбуждающим действием. Трудно сказать, с чем именно это связано — со вкусом или с запахом, но их эффект нельзя переоценить. В течение многих веков некоторые травы и специи широко использовались именно благодаря их способности пробуждать не только гастрономический аппетит, но и любовный. Ниже приведены некоторые специи, которые издавна употребляли, чтобы добиться романтического настроя или прийти в возбужденное состояние.

Ваниль. Растение семейства орхидей. Плоды некоторых видов ванили были известны ацтекам и широко ими применялись. Обычно ваниль добавляют в выпечку, десерты и ликеры; индусы кипятили ее в молоке и пили как сексуальный тоник. Для эротической кухни вам предстоит потрудиться и найти настоящую ваниль, так как ванилин из пакетиков пахнет сильнее, чем настоящая ваниль, зато эротического действия оказывает не больше чем растаявший холодец.

Гвоздика. Сухие нераскрывшиеся бутоны небольшого вечнозеленого дерева уже сотни лет назад добавляли в пищу древние римляне и китайцы. Гвоздика — самая душистая из всех пряностей. Произрастает она в основном в Западной Индии и на островах близ Африки и применяется для ароматизации блюд из фруктов, сидра, десертов и тушеного мяса.

Имбирь. Тропическое многолетнее растение. Широко распространен на Фиджи, Ямайке, на Гавайях, в Индии и Малайзии. В пищу применяют его корешок, засахаренный или молотый. Считается, что имбирь улучшает аппетит, облегчает пищеварение. Свежий имбирь обладает острым вкусом, в большом количестве он кажется сладким. Чай из прокипевшего корня имбиря с медом — популярный напиток, восстанавливающий силы. Имбирь широко применяется в индийской, китайской и японской кухнях. Его добавляют в яблочные соусы, выпечку, пирожные и хлеб.

Кориандр. Похожий на тмин, кориандр часто используется в индийской кухне. Он обладает сладковатым вкусом и потому

добавляется в пирожные, имбирные пряники, грудинку, соусы и карри.

Карри. Карри представляет собой не отдельную специю, а сочетание многих приправ (пропорции зависят от вкуса составителя). Главные составляющие карри — куркума, тмин, кориандр, красный стручковый перец, шамбала, гвоздика и др. Карри используют в соусах, блюдах из бобов, яиц и мяса.

Мускатный орех. Это не совсем орех, он представляет собой семена тропического вечнозеленого растения. Мускатный орех кладут в драчены, яичный ликер, пудинги, тыквенное пюре, блюда из фруктов и молочные соусы. Но не следует его употреблять в больших количествах, так как он является сильным галлюциногеном и при злоупотреблении им может наоборот ослабить организм. Так что не добавляйте его в блюда от души — просто посыпьте немного мускатного ореха на ваш омлет.

Розмарин. Душистые листья этого высокого средиземноморского вечнозеленого дерева издавна ассоциировались с пылкой любовью. Его добавляют к рыбе, в супы и салаты.

Розовые лепестки. Роза — общепризнанный символ любви. Розовое масло давно считается сильным афродизиаком. Лепестки едят с фруктами, драченами и пирожными. В эротической кухне розовая вода используется для приготовления напитков.

Садовый чабер. Обычно культивируемый в огородах и садах, чабер — пикантная зеленая трава, которую хорошо добавлять в супы, к яйцам, рыбе, начинкам и капусте.

Тмин. Тмин прежде всего ценится за тонкий аромат. Его использовали для лечения легочных болезней и заболеваний пищеварительного тракта еще в Древней Греции, втирали в виски для облегчения головной боли. Тмин добавляют к грудинке, в супы, соусы и начинки.

Фенхель. Эта приправа имеет долгую и непростую историю. Стебли сладкого фенхеля используют примерно так же, как петрушку, ими приправляют блюда итальянской, испанской кухни, рыбу и супы. Согласно данным индийской народной медицины, напиток из фенхеля, вскипяченного с молоком, вознаграждает выпившего особыми сексуальными совершенствами.

Шафран. Это, пожалуй, самая дорогая из специй и одна из самых достопримечательных. В пищу употребляют глянцевитые оранжевые тычинки этого азиатского цветкового растения семейства лилейных. Он обладает непередаваемым ароматом — всего несколько веточек шафрана могут придать необыкновенную душистость целой кастрюле риса. Шафран применяют в

кулинарии, как лекарство и натуральный краситель. Его обычно добавляют в рис, карри, пироги, печень и курицу

Основные правила приготовления эротической пищи

1. Самое главное правило — эротические блюда лучше всего готовить под крышкой, на слабом огне, в собственном соку или с добавлением небольшого количества воды. Пищу лучше всего готовить на растительной подстилке, то есть на дно посуды укладывают слой всяческих овощей, нарезанных соломкой или ломтиками. На такую подстилку помещают слой мяса или рыбы, а затем снова укладывают слой овощей. Уложенное таким образом блюдо заливают горячей подсоленной водой и готовят без перемешивания.

2. Необходимо стремиться использовать как можно больше мясных бульонов (особенно из косточек). Мясной бульон — достаточно тяжелая пища, которая не слишком способствует игривому настроению. Лучше нарезать мясо небольшими кусочками и, готовя суп, варить его вместе с овощами.

3. Нужно сказать и о том, что пищевая и витаминная ценность продукта лучше всего сохраняется при приготовлении пищи методом нагревания и настаивания. Так не разрушаются белки, не эмульгируют жиры. Применяя метод так называемого «пульсирующего нагревания», продукт нужно постепенно нагреть до точки кипения (имеется в виду жидкость), а затем плотно закрыть посуду крышкой и тушить до готовности.

4. Что касается приготовления разного рода каш, то каша получится просто необыкновенной, если смешать 5–6 видов круп и варить их одновременно, используя при этом растительную подстилку. В этом случае организм приобретет массу полезных веществ, а вкусовые качества блюда только улучшатся.

5. Наконец помните еще об одном. Эротический стол должен быть красивым, но не слишком сытным, чтобы не переесть. Трапезу начинают и заканчивают сырыми овощами, травами, кореньями, различными ароматическими настоями. Если вы готовите высококалорийные блюда, то их должно быть немного, совсем чуть-чуть. Неплохо будет приготовить ароматические напитки.

Салаты

Салат с кускусом и курицей

2/3 чашки кускуса
5 ст. л. оливкового масла
250 г консервированной кукурузы
1 красная луковица
500 г филе куриных грудок
2 помидора
1 болгарский перец
1 пучок кинзы
4 ст. л. сока лайма
соль, черный перец

Кускус заварить равным объемом кипятка на 20 мин. Нарезать лук, кинзу, помидоры и болгарский перец. Куриные грудки приправить, слегка обжарить в масле по 5 мин с каждой стороны. Нарезать поперек волокон на полоски. Добавить кукурузу, помидоры, кинзу, кускус, перец, 3 ст. л. сока лайма. Салат выложить на тарелки и сбрызнуть лимонным соком и маслом.

Греческий салат

120 г листьев салата
60 г сыра фета
20 г зеленых бобов
20 г огурцов
20 г киви
20 г слив
20 г помидоров
20 г зеленых яблок
10 г зеленого винограда
10 г клубники
15 мл оливкового масла

Нарезать и смешать все ингредиенты, кроме фруктов и сыра, заправить оливковым маслом. Фрукты и сыр фета нарезать и украсить салат сверху.

Салат «Лесная сказка»

100 г свежих грибов
1/2 стакана белого вина
25 г мелко нарезанного лука
25 г томатной пасты
5 г душицы.

Разогреть оливковое масло в сковороде и поджарить на нем лук, пока он не станет прозрачным. Затем положите грибы и остальные ингредиенты. Держать на слабом огне 30 мин. Блюдо следует подавать на стол охлажденным.

Салат «Цезарь»

150 г салата латук
50 г анчоусов
100 г майонеза
50 г мелко нарезанного чеснока
100 г тертого сыра пармезан
100 г мелко нарезанного белого мяса курицы

Поджарить куриное мясо. Соус: майонез, анчоусы и чеснок. На листья салата положить белое мясо курицы и заправить соусом.

Салат «Мужская сила»

половина курицы
3 вареных яйца
1 пучок зеленого салата
чуть больше половины стакана порезанных грецких орехов
сок половины лимона
горсть сухарей из черного хлеба
250 г майонеза

Курицу отварить, отделить мясо от костей и мелко порезать. Яйца также измельчить, салат порезать соломкой. Добавить грецкие орехи, сок лимона и майонез. Сухарики положить перед подачей на стол, чтобы они не очень размокли.

Салат «Сатиры»

120 г салатных листьев
1 упаковка козьего сыра
50 мл сливок

20 мл меда
10 г клубники
10 г киви
10 г зеленого винограда
10 г яблок
две половинки булочки

Положить сыр в жаростойкую форму с высокими краями, долить сливками и медом и поставить в духовку на время, необходимое для того, чтобы сыр расплавился. Разложить листья салата и фрукты, поджарить две половинки булочки и полить расплавленным сыром.

Кубинский салат

200 г отварной ветчины
200 г консервированного ананаса
300 г вареного горошка
1 кочан салата
Для приправы:
400 мл соуса тартар
1 ст. л. соевого соуса
соль
перец

Салат помыть и обсушить. Отложить несколько листьев для того, чтобы выложить ими салатницу. Остальные листья мелко нарезать. Ветчину и ананас нарезать кусочками и смешать с салатом. Добавить горошек и все хорошо перемешать. Приготовить приправу. Выложить салатными листьями салатницу, положить в нее салат, залить сверху приправой, слегка встряхнуть и подать на стол.

Салат со спагетти и бананами

2 банана
2 яблока
2 помидора
250 г спагетти
8 ст. л. сметаны
100 г сыра
6 ст. л. зеленого консервированного горошка
100 г грецких орехов
1 лимон

соль
черный и красный молотый перец
зелень петрушки

Спагетти отварить в подсоленной воде до готовности, воду слить, спагетти охладить. Бананы, яблоки и помидоры тщательно вымыть. Бананы очистить от кожуры и нарезать кружочками. Яблоки разрезать на половинки и удалить сердцевину. Половинки очистить от кожуры и нарезать дольками. Помидоры нарезать кружочками. Зеленый горошек откинуть на дуршлаг и дать стечь жидкости. Сыр нарезать крупной соломкой. Уложить все компоненты в салатницу и аккуратно перемешать. Грецкие орехи очистить от скорлупы и, разделив ядра на половинки, слегка обжарить на сковороде. Приготовить соус из сметаны, сока, выжатого из лимона, соли и перца. Перед подачей к столу салат украсить зеленью петрушки и половинками ядер грецких орехов. Соус подать отдельно.

Салат с говядиной и грейпфрутами

400 г вареной говядины
2 больших грейпфрута
400 г стручковой фасоли (консервированной или мороженой)
1 средняя луковица
1 небольшой вилок салата
Для приправы:
4 ст. л. растительного масла
2 ст. л. винного или яблочного уксуса 1 щепотка сахара
соль
перец

Нарезать говядину небольшими кубиками, очистить грейпфруты и разделить на дольки. Положить в глубокую миску и добавить нарезанный кружочками лук и отцеженную фасоль, нарезанную на кусочки длиной 2–3 см. Приготовить приправу из всех перечисленных продуктов, залить салат и слегка встряхнуть его. Накрыть крышкой и поставить в холодильник на 30 мин. Выложить в глубокую салатницу промытые и просушенные салатные листья. Сверху положить охлажденный салат и немножко посыпать свежемолотым перцем.

Салат из кальмаров с клюквой и яблоками

500 г кальмаров

500 г квашеной капусты
50 г клюквы
100 г яблок
100 г зеленого лука
1 ч. л. меда
зелень

Очищенных кальмаров положить в кипящую воду и варить 2–3 мин. Затем вынуть, нарезать соломкой, смешать с квашеной капустой, яблоками, нарезанными соломкой, зеленым луком, клюквой. В 1/2 стакана бульона, в котором варились кальмары, добавить мед, перемешать и заправить салат.

Салат с хурмой, луком и яблоками

4 средних плода хурмы
1 яблоко
1 луковица
3 ст. л. растительного масла
2 ст. л. лимонного сока сахар
черный молотый перец

Плоды хурмы вымыть, освободить от плодоножек и, не очищая от кожуры, разрезать каждый плод пополам. Половинки плодов хурмы нарезать тонкими кружочками. Яблоко вымыть, очистить от кожуры, разрезать на четвертинки и, удалив сердцевину, нарезать тонкими ломтиками. Луковицу очистить от шелухи и нарезать тонкими кружочками. Уложить нарезанные кружочки хурмы, ломтики яблока и кружочки лука в салатницу и аккуратно перемешать. Из лимонного сока, растительного масла и сахара приготовить соус для салата. Перед подачей к столу заправить салат, приготовленный в салатнице, соусом и посыпать черным молотым перцем.

Корейский салат из креветок, желе и огурцов

10 г креветок
40 г консервированного зеленого горошка
45 г свежих огурцов
36 г крахмала
20 г соевого соуса
25 г кунжутного соуса
5 г кунжутного масла
5 г уксуса

Креветки порезать небольшими дольками, свежие огурцы — соломкой, желе из крахмала — тонкими длинными полосками (или купить на базаре крахмальную корейскую лапшу). В салатник положить желе из крахмала, полить его соусом из уксуса, кунжутного масла, кунжутного соуса и соевого соуса. На желе уложить креветки, с боков — зеленый горошек и свежие огурцы.

Салат из креветок с мандаринами

6 мандаринов
150 г креветок
1 яблоко
100 г сельдерея
4 ст. л. майонеза
0,5 лимона
зеленый салат
зелень петрушки
уксус
соль

Креветки отварить в подсоленной воде с уксусом и очистить. Мандарины вымыть и очистить от кожуры. Из двух очищенных мандаринов выжать сок и, смешав его с майонезом, приготовить соус. Оставшиеся мандарины разделить на дольки, а затем очистить дольки от пленки. Яблоко разрезать пополам, удалить сердцевину, очистить половинки от кожуры и нарезать дольками. Сельдерей мелко нашинковать. Листья зеленого салата вымыть и устлать ими дно салатницы. На листья зеленого салата выложить очищенные от пленки дольки мандаринов, мясо креветок, дольки яблока, сельдерей и аккуратно перемешать. Перед подачей к столу полить салат приготовленным соусом, украсить нарезанным полукольцами лимоном и зеленью петрушки.

Салат из мандаринов, грибов, сыра и перца

5 мандаринов 2 яблока
2 стручка сладкого перца 100 г шампиньонов
200 г сыра
200 мл йогурта
2 ст. л. лимонного сока
1 ч. л. горчицы
1 к. л. меда

Яблоки вымыть, разрезать на половинки, удалить сердцевину, очистить от кожуры и нарезать небольшими кубиками. Шампиньоны вымыть, очистить и, разрезав на небольшие кусочки, отварить до полной готовности. Стручки сладкого перца вымыть, очистить от сердцевины и нарезать кольцами. Мандарины вымыть, очистить от кожуры и разделить на дольки. Сыр нарезать небольшими кубиками. Уложить в салатницу порезанные яблоки, перец, мандарины, сыр и отваренные шампиньоны. Приготовить соус. Для этого тщательно перемешать йогурт, горчицу, лимонный сок и мед. Готовый соус залить в салатницу и аккуратно перемешать все находящиеся там ингредиенты. Перед подачей к столу выложить горкой и украсить дольками мандаринов.

Салат с морской капустой с кальмарами

400 г кальмаров
400 г морской капусты
150 г тыквы
1 свежий огурец
1 яйцо
соль, перец по вкусу
растительное масло или майонез

Тушки кальмаров вымыть. Снять внешнюю пленку, вынуть внутренности. Вскипятить в кастрюле воду, посолить, опустить в кипяток кальмары и отварить их в течение 4 мин. Вынуть, остудить и нарезать тонкой соломкой.

В этом салате можно использовать консервированные кальмары.

Тыкву очистить от кожуры, отварить в бульоне, оставшемся после отваривания кальмаров. Нарезать тонкой соломкой.

Огурец вымыть и нарезать соломкой. Положить в миску морскую капусту, кальмары, тыкву и огурец. Тщательно перемешать, приправить солью и перцем. Заправить растительным маслом или майонезом.

Салат из куриного филе с виноградом

250 г куриного филе
100 г стеблей сельдерея
100 г винограда кишмиш
майонез

соль

Куриное филе мелко нарезать и обжарить на растительном масле. Порезать виноград и стебли сельдерея, смешать с обжаренными кусочками филе. Посолить. Заправить майонезом.

Салат «Мужской»

100 г макарон
100 г спаржи
100 г болгарского перца
250 г говяжьей вырезки
0,5 зубчика чеснока
10 мл белого винного уксуса
50 мл оливкового масла
перец
базилик
петрушка

Отварить макароны до полуготовности, затем выложить их на тарелку и полить оливковым маслом. Спаржу вымыть, верхнюю часть нарезать сначала поперек, затем вдоль. Из перца удалить семена и мелко его нарезать. Овощи соединить с макаронами. Вырезку нарезать на тонкие медальоны и положить в кипяток на одну минуту. Затем нарезать соломкой и добавить в получившийся салат. Чеснок мелко порубить. Салат заправить оливковым маслом, уксусом, черным перцем, посолить и перемешать. Украсить базиликом и петрушкой.

Греческий салат на листьях эндивия

6 листьев салата эндивия
100 г сыра «фета»
1 помидор
0,5 *болгарского перца*
10 маслин без косточек
1 ст. л. оливкового масла
1 ч. л. лимонного сока

Фету, помидор и перец нарезать кубиками, залить маслом и лимонным соком, перемешать и дать постоять 2 ч. Салат выложить в листья эндивия, уложить в виде колодца, украсить маслинами и зеленью.

Теплый салат с морепродуктами

упаковка салата
4–5 картофелин
2–3 зубчика чеснока
упаковка морепродуктов
6 мидий в ракушках
оливковое масло

Для основы можно взять любой зеленый салат. Выложить листья на большую тарелку. Несколько средних размеров картофелин очистить и отварить в подсоленной воде. Оставить чуть-чуть воды, в которой варилась картошка, добавить туда измельченный чеснок и немного оливкового масла.

Картошку слегка остудить и порезать кубиками. Отварить мидии.

Морепродукты можно взять любые. Смесь высыпать на сковородку с оливковым маслом, слегка обжарить с чесноком. Морепродукты перемешать с кубиками картофеля и соусом и выложить их в центр тарелки. По краям — разложить мидии в ракушках. Поперчить и посыпать укропом. Сбрызнуть лимоном.

Салат «Женское сердце»

800 г куриного мяса (без костей и кожи)
1 плод авокадо
200 г черного винограда
2 мандарина
несколько листьев салата
50 г лесных орехов
2 ст. л. майонеза
3 ст. л. сливок
1 ст. л. сухого красного вина
3 ст. л. апельсинового сока
1/2 ч. л. соли

Порезать мясо на одинаковые по размерам кусочки. Авокадо разрезать пополам и вынуть косточку Половинки плода авокадо тонко нарезать. Разрезать ягоды винограда и удалить косточки. Мандарины очистить, разделить на дольки. Выложить листьями салата посуду, в которой будет приготовлено блюдо. Смешать мясо, авокадо, виноград, мандарины и выложить смесь на листья салата. Смешать майонез со сливками, вином и апельсиновым соком, добавить по вкусу соль. Полить этой смесью салат, посыпать дроблеными орехами.

Салат «Вкус поцелуя»

1 баночка консервированных ананасов
2 авокадо
1 баночка консервированных креветок
майонез, перец и соль

Ананасы нарезать кубиками. С авокадо снять шкурку, разрезать, вынуть кость и также нарежьте кубиками. Из креветок слить рассол и добавить к вышеуказанным. Тщательно перемешать с майонезом. Соль с перцем, по вкусу.

Яйца на листьях салата «Ложе любви»

3 яйца
10 листов салата
1 ч. л. тертой сырой свеклы
1 луковица
1 ч. л. сливочного масла или маргарина

Яйца сварить вкрутую. Молоденькие листика салата тщательно промыть, уложить на дно тарелки, на листики положить тертую свеклу, кольца лука, посолить и красиво уложит на них кусочки яйца, украсить кусочками масла или маргарина.

Салат из авокадо

1 красный стручок перца чили
1 очень маленький зубчик чеснока
1/2 лука-шалот
1 авокадо
2–3 ст. л. свежевыжатого лимонного сока
соль, черный перец

Стручок перца чили разрезать вдоль, достать зерна, нарезать тонкими полосками. Очистить и помыть чеснок и лук-шалот, тонко нарезать. Разделить авокадо на две части, удалить косточку, мякоть плода необходимо выдолбить ложкой. Превратить все продукты в пюре с помощью миксера. Приправить перцем и солью.

Итальянский салат из грейпфрутов и спаржи

2 розовых грейпфрута
400 г побегов спаржи
200 г очищенных отваренных креветок

5 ст. л. оливкового масла
перец и соль

Спаржу связать в пучок, белую твердую часть стебля обрезать. Вымыть оставшиеся побеги и слегка отварить (чтобы сохранить хрусткость) в небольшом количестве воды, удерживая их вертикально. Сваренную и остуженную спаржу нарезать на небольшие кусочки. Очистить грейпфруты, удалить пленку, нарезать на небольшие кусочки прямо в миске, чтобы сохранить сок. Добавить спаржу и нарезанные креветки. В отдельной чашке приготовить соус, смешав оливковое масло, соль, перец и немного свежего грейпфрутового сока. Полить салат соусом, перемешать и сразу подавать.

Салат «Рубиновый»

3 помидора средней величины
200 г свежих синих слив
150 мл нежирной сметаны
1 ст. л. сока красной смородины
несколько веточек красной смородины
соль, сахар, черный молотый перец по вкусу

Помидоры нарезать дольками, сливы разрезать пополам и вынуть косточки. Смешать со сметаной соль, сахар и сок красной смородины, осторожно добавить в получившийся соус сливы и помидоры. Украсить гроздьями красной смородины. Употреблять не позднее, чем через 15 минут после приготовления.

Солнечный мед

100 г молодых листьев одуванчик
4 ст. л. рубленых грецких орехов
1 ст. л. жидкого меда (лучше акациевого или цветочного)
2–3 ст. л. оливкового масла
лепестки от цветков одуванчика

Промытые и высушенные листья нарезать соломкой, перемешать с орехами, медом и растительным маслом. Каждую порцию посыпать лепестками и сразу подавать.

Фруктовый салат с киви

4 плода киви

2 банана
1 небольшой ананас
2 ст. л. дробленых ядер грецких орехов
2 ст. л. сахарной пудры
2 пакетика ванильного сахара
3 ст. л. лимонного сока
3 ст. л. фруктовый сироп

Ананас вымыть, очистить от кожуры, удалить сердцевину и нарезать очищенную мякоть мелкими кусочками. Бананы и киви вымыть, очистить от кожуры и нарезать кусочками. Перемешать нарезанные фрукты в салатнице, добавить орехи, сахарную пудру и ванильный сахар. Заправить салат фруктовым сиропом и перемешать.

Пикантный фруктовый салат

60 г яблока
60 г ананаса
60 г сельдерея
50 г йогурта
30 г майонеза
салатный лист
перец, соль

Очистить ананас и нарезать кубиками, а яблоки и сельдерей — тонкой соломкой. Заправить салат натуральным йогуртом, посыпать солью и перцем. Украсить тарелку узором из майонеза.

Поставить на салатный лист специальное кольцо и выложить в него приготовленный салат. Украсить шариками из яблока и веточками базилика.

Первые блюда

Рыбный суп с лимоном

500 г рыбы
3 лимона
7 ст. л. риса
500 мл сметаны
2 л воды зелень петрушки

Рис отварить почти до полной готовности, рисовый отвар слить, а рис выложить на тарелку и отставить.

Рыбу почистить, разрезать на кусочки, уложить в кастрюлю, залить рисовым отваром и отварить. Кусочки рыбы извлечь и отставить.

8 рыбный бульон добавить сметану и довести до кипения, но не кипятить. Затем в бульон добавить кусочки вареной рыбы и рис. Проварить при слабом кипении в течение 2–3 мин.

Лимоны очистить от кожуры и порезать ножом на ломтики. Зелень петрушки мелко нарезать. Суп разлить по тарелкам и добавить туда ломтики лимона и зелень петрушки.

Рисовый суп с мидиями

150–200 г вареных мидий
1 стакан риса
2 моркови
1/4 корня петрушки
1 головка репчатого лука
2 ст. ложки маргарина соль
1/2 ч. л. мелко нарезанной зелени петрушки или укропа
5–6 горошин черного перца

Мидии отварить и нарезать тонкими ломтиками. В кипящий бульон из мидий положить промытый в теплой воде рис.

Коренья и лук нарезать кубиками, пассеровать на масле и добавить в бульон за 15–20 мин до окончания варки. Одновременно с кореньями положить мидии, соль, черный перец.

При подаче на стол посыпать суп мелко нарезанной зеленью.

Рисовый суп с крабами

300 г вареных крабов 0,5 стакана риса
1 головка репчатого лука рыбный бульон
корень петрушки
3 помидора
2 ст. л. сливочного масла 1 ч. л. соли

Мякоть крабов нарезать, удалив костные пластинки, положить в неглубокую посуду и залить рыбным бульоном. Добавить масло и при слабом огне довести до кипения. Сварить суп, добавив мелко нарезанный лук, корень петрушки и нарезанные ломтиками помидоры.

Омаровый суп

2 ст. л. сливочного масла
400 г омаров
3 стакана молока
соль
перец
гренки

Масло растопить на сковороде, добавить омаров и держать на огне 3 мин. Затем влить молоко, посолить и поперчить. Подавать в горячем виде с гренками.

Суп из креветок

400 г очищенных сырых креветок
3 яичных желтка
250 мл сливок 10 %-ной жирности
250 мл сухого белого вина
1 кубик рыбного бульона
200 мл кипятка
50 мл оливкового масла
молотый шафран (на кончике ножа)
хлеб для тостов

Бульонный кубик развести кипятком. 250 г креветок и все остальные ингредиенты смешать в блендере в однородное пюре и варить на медленном огне до загустения. Оставшиеся креветки разогреть на оливковом масле (сильно не поджаривая) и добавить в суп. Подавать с тостами и охлажденным розовым вином.

Суп из креветок с рисом

250 г креветок
1 помидор
2 зубчика чеснока
2–3 лавровых листа веточка укропа
1 луковица
2 ст. л. растительного масла
2 ст. л. риса
1 ст. л. томатной пасты
пучок кинзы
щепоть черного молотого перца
соль

Креветки очистить, положить их в чугунок (или кастрюлю). Добавить нарезанный дольками помидор, чеснок, лавровый лист и укроп, 1 л воды и поставить на огонь.

Обжарить мелко нарезанный лук в растительном масле и положить в суп. Добавить томатную пасту, предварительно разведенную 2 ст. л. отвара, затем рис и мелко нарезанную кинзу.

Посолить, поперчить и варить. Если надо, добавить горячую воду (в зависимости от количества порций).

Суп из конбу

20 г свежего тунца
20 г филе лосося
20 г филе красного морского окуня
20 г филе серого морского окуня
20 г очищенных королевских креветок
20 г обработанных кальмаров
Овощи и специи:
50 г красного сладкого перца
50 г желтого сладкого перца
35 г моркови
15 г стебля сельдерея
20 г мякоти помидора (без кожи и семян)
25 г лука порей
25 г красного лука
25 г репчатого лука
2 кружочка лимона
5 г конбу (морских водорослей)
пучок петрушки
шафран
соль и перец черный молотый по вкусу

Рыбу и кальмары нарезать брусочками, креветки порезать

пополам. Овощи нарезать соломкой (морковь — кружочком), лук — полукольцами, конбу и зелень мелко порубить. В кипящий рыбный бульон положить заранее подготовленные овощи и водоросли. Затем суп проварить до готовности овощей, в него добавить рубленая зелень и шафран, посолить, поперчить. В суп добавить рыбу и морепродукты. Суп проварить несколько минут и разлить по тарелкам.

Холодный огуречный суп

1 огурец
2 небольшие луковицы
250 мл куриного бульона
соль
перец
1 пучок укропа

Огурец и лук очистить, порезать и потомить в разогретом курином бульоне на медленном огне около 10 мин. Затем огурцы и лук размельчить миксером до пюреобразного состояния. В суп добавить соль и перец, поставить в холодильник. Холодный суп посыпать мелко нарезанным укропом.

Суп из спаржа с копченым лососем

300 г свежей белой спаржи
1,5 л куриного бульона
60 г муки
50 г сливочного масла
100 мл сливок
1 желток
соль, перец

Спаржу почистить, отрезать головки. Обжаривать спаржу 8 мин. Головки отложить отдельно. Муку обжаривать в масле 3–5 мин, затем постепенно добавить бульон. Дать немного покипеть на медленном огне. Положить в бульон спаржу без головок, прогреть. Затем протереть суп через сито (или измельчить в блендере). Добавить соль, перец и ворчестерширский соус по вкусу. Сохранять суп в тепле. Осторожно смешать желток со сливками, влить в смесь 2 ст. л. супа, перемешать и влить постепенно в суп. На медленном огне, помешивая, дать супу немного загустеть. Копченого лосося мелко порезать, разложить по тарелкам, влить горячий суп и посыпать мелко порезанным

зеленым луком, головками спаржи и поджаренными кубиками белого хлеба.

Суп «Зеленый»

800 г спаржи
500 г камбалы
1/4 маленькой луковицы
4 ст. л. оливкового масла
2 бульонных кубика
сливки, соль и перец горошком по вкусу

Обжарить спаржу вместе с луком на оливковом масле, добавить соль и перец. Влить воду, смешанную со сливками, так чтобы получилась консистенция густой сметаны, и довести до кипения. Затем измельчить смесь в блендере, разлить по тарелкам и украсить

кусочками спаржи и камбалы, слегка обжаренными в масле.

Томатный суп

1,5 кг помидоров
100 г оливкового масла
4 ч. л. коричневого сахара
3 зубчика чеснока
20 г сливок
базилик
перья зеленого лука
соль
перец

Лучше всего для приготовления супа использовать помидоры сорта «черри». Помыть помидоры, дать им высохнуть и разрезать пополам. Запечь помидоры в духовке.

Предварительно разогреть духовку до 225 ˚С. Тем временем раздавить 3 зубчика чеснока и смешать его с оливковым маслом и коричневым сахаром. Уложить помидоры срезом вниз на глубокий противень и залить приготовленным соусом. После чего запекайте помидоры в течение 30 мин.

Вынуть томаты из духовки и с помощью миксера превратить их в однородную массу. Затем протереть ее через дуршлаг или сито в кастрюлю, чтобы удалить кожуру.

Влить в полученную массу воды (ее количество зависит от того, насколько густой суп вы хотите получить). Варить суп на

медленном огне несколько минут, добавив немного базилика. Посолить и поперчить суп по вкусу, влить туда сливки, чтобы он стал еще нежнее.

Перед тем как подать блюдо на стол, положить в него свежий зеленый лук. Суп будет еще вкуснее, если к нему подать бутерброды из французского батона с сыром.

Суп из сушеных яблок и чернослива

700 г сушеных яблок и чернослива
корица
1/2 лимона
200 г сахара
1 стакан вина
1 стакан клюквенного морса
лимонная цедра
1 ст. ложка картофельной муки

Яблоки и чернослив вымыть и сварить, добавив сахар, корицу, лимонную цедру.

Картофельную муку развести клюквенным морсом, влить в яблоки с черносливом и прокипятить. Затем добавить вино и еще раз прокипятить.

Суп с дыней

4 ломтика белого хлеба
0,75 г бланшированного миндаля
2 ч. л. измельченного чеснока небольшая дыня (лучше мускатная)
75 мл оливкового масла
3 ст. л. винного уксуса (можно заменить свежим лимонным соком)
600–800 мл холодной питьевой воды
щепотка молотого мускатного
ореха и/или корицы,
соль по вкусу

Замочить хлеб в чашке воды. В миксере измельчить миндаль, чеснок и соль. Добавить половину мякоти дыни, отжатый хлеб, оливковое масло и уксус. Влить питьевую воду (примерно 4 чашки) и смешать все до однородной консистенции. Из оставшейся дыни вырезать ложкой шарики. Разлить суп по суповым чашкам, уложив дынные шарики сверху. Посыпать

мускатным орехом и корицей.

Закуски и горячие блюда

Сырная закуска

1 упаковка сыра бри или камамбер
немного муки
1 яйцо
1,5–2 чашки (75–100 г) панировочных сухарей, слегка посушенных в духовке до
золотистого цвета
клюквенное варенье
листья салата

Разогреть духовку до 200 °С. Нарезать сыр на четыре равные части.

Обваляйте каждый кусочек в муке, затем обмакнуть сыр во взбитое яйцо. Обвалять в панировочных сухарях так, чтобы сыр был полностью покрыт крошкой. Повторить проделанное еще раз, затем положить кусочки сыра на противень.

Выпекать 12 мин и подавать горячим с клюквенным вареньем и несколькими листьями салата для гарнира.

Жареные бананы

2 крупных банана
масло
соль
перец

2 крупных банана очистить от кожуры, нарезать кружочками толщиной 0,5 см. Обжаривать в масле по 3 мин с каждой стороны, до появления коричневатого оттенка. Обсушить на бумажной салфетке, приправить солью и перцем и подавать.

Закуска «Сладкая жизнь»

150 г сыра моцарелла
400 г земляники
сыр
перец

Нарезать моцареллу маленькими кусочками. Землянику осторожно помыть, очистить, высушить и разделить пополам.

Теперь наколоть на зубочистку 2 кусочка сыра и 3 части земляники. Капнуть немного Aceto Balsamico и приправить черным перцем.

Закуска из папайи

1 папайя
12 креветок
карри

Разделить зрелый плод папайи на 2 части, достать косточку. С одной половины плода снять кожицу и нарезать его маленькими кусочками. Поджарить в масле замороженные креветки до румяности примерно в течение 6 мин. Сцедить сок и выложить креветки на кусочки папайи. Приправить немного карри и с оставшейся частью папайи подавать на стол.

Закуске деликатесная

80 г мяса криля
80 г папоротника соленого
180 г картофеля
95 г лука репчатого
60 г масла сливочного или маргарина
100 г томатного соуса
зелень
специи

Размороженное мясо криля слегка спассеровать на сливочном масле или маргарине и соединить с пассерованным, мелко нарезанным, репчатым луком. Отдельно обжарить до полуготовности нарезанный средними кубиками картофель и добавить к мясу криля с луком. Соленый папоротник отмочить в сменяемой воде в течение 2 ч, затем отварить 12–15 мин, охладить, нарезать небольшими кусочками. Подготовленные продукты соединить, добавить томатный соус и тушить до готовности 15–20 мин.

Яйца с пивом

4 ст. л. пива 8 яиц
2 ст. л. сухой крапивы
2 ст. л. моркови тертой

8 ст. л. томатного сока
соль
растительное масло

Смешать пиво и томатный сок, добавить измельченную крапиву, тертую морковь, соль, влить яйца. Все тщательно перемешать. В сковороду налить растительное масло, добавить в него всю приготовленную ранее смесь и поставить на сковороду в горячую духовку на 20 мин. К столу подать в горячем виде.

Мункачана

600 г апельсинов
300 г репчатого лука
125 г слив
40 г растительного масла
молотый перец
соль

Апельсины и лук очистить и нарезать тонкими кружочками. Из слив удалить косточки. Все смешать, добавить масло, соль и перец.

Соблазнительные кусочки

инжир
ломтики вяленой говядины или ветчины
сыр камамбер

Разделить инжир на четыре части, после этого обмотать их полосками вяленой говядины, сверху посыпать маленькими кусочками ветчины, бюнденским мясом или нарезанными кусочками молодого камамбера.

Листья салата с овощами карри

маленькие моркови
большие шампиньоны
3 ст. л. пророщенных бобов (только что или из банки)
1/2 пучка кориандра
12 листьев салата
2 ст. л. масла
1 щепотка острого красного карри (азиатский рынок)

Почистить морковь и шампиньоны и нарезать тонкими

кусочками. Достать бобы и слить сок. Помыть кориандр, высушить и нарезать тонкими полосками. Положить 2 листа салата в низкую тарелку и размочить в течение 1 мин с обеих сторон. После этого высушить. Разогреть 1 ст. л. масла в закрытой сковороде, слегка поджарить карри, добавить морковь и поджаривать в течение 2 мин на сильном огне. Затем поджарить шампиньоны до румяности. Добавить кориандр.

Листья салата разрезать по центру. На половинках листьев распределите овощи. Накроите второй половинкой листа. Подогрейте небольшое количество масла и нагрейте в нем полученные рулеты.

Чарующий карри (соус)

100 г йогурта
3 ст. л. нежирного салатного соуса
7 капель лимонного сока
1 ст. л. приправы карри

Размешать ингредиенты по вкусу с 4–6 ч. л. чатни-манго, желательно с помощью миксера. Это соус идеально подходит к ягнятине, поджаренному мясу и домашней птице, к хлебным лепешкам.

Острый имбирь

4 ст. л. свежевыжатого лимонного сока с сахаром
2 ст. л. апельсинового сока
1 ст. л. зеленой пасты васаби
1/2 ст. л. сахара
1/2 свеженатертого имбиря

Лимонный сок смешать с апельсиновым, пастой васаби и сахаром до тех пор, пока сахар не растворится. Имбирь смешать с соусом и дать настояться в течение одного часа.

Соус с корицей

150 г йогурта
3/4 ч. л. порошка корицы
1 очень маленький зубчик чеснока
соль, перец

Йогурт хорошо размешать с порошком корицы. Зубчик

чеснока раздавить прессом или тонко порезать, смешать с йогуртом. Приправить солью и перцем. Дать настояться в течение 30 минут.

Соус необходимо есть обоим партнерам, обладает сильным запахом (из-за чеснока). Подходит к хлебу, лепешкам, крекерам.

Соус из томатов и тунца

1/2 банки тунца в собственном соку
1/2 пучка базилика
2 ст. л. йогурта
1 ст. л. сметаны
1 ст. л. томатной пасты
2–3 ч. л. свежевыжатого лимонного сока
3 ч. л. светлого соевого соуса
1/2 ч. л. порошка черного перца, красный перец

Сок тунца сцедить через сито по каплям. Помыть базилик, высушите и нарезать мелкими кусочками. Перемешать йогурт, сметану, томатную пасту, 2 ч. л. лимонного сока, соевый соус и красный перец. Приправить оставшимся лимонным соком и перцем. Дать настояться в течение 30 мин.

Идеально подходит к крекерам и другим закускам.

Бананы с ветчиной и финики с беконом

2 незрелых банана
10 тонких ломтиков ветчины
2 ст. л. масла
100 г высушенных фиников без косточек
60 г тонких ломтиков бекона
20 зубочисток

Снять кожуру с бананов и разрезать каждый на пять частей. Каждый кусочек обмотать полоской ветчины и проколоть зубочисткой. Разогреть в закрытой сковороде 1 ст. л. масла. Бананы обжарить на среднем огне до тех пор, пока ветчина не станет коричневой.

Обмотать каждый финик полоской бекона и проколоть зубочисткой. После этого обжарить в масле до появления хрустящей корочки.

Креветки с чесночным маслом

100 г очищенных креветок (4 королевские креветки или около 10 средних)

10 г мелко нарезанного чеснока

10 г петрушки

цедра 1/4 лимона

50 г мелко нарезанного помидора

50 г масла

100 г листьев салата

Растопить масло в сковородке, положить креветки и чеснок, хорошо перемешать и держать на огне около 6 минут, добавить петрушку. На тарелку выложить листья салата и креветки, украсить нарезанными помидорами и цедрой.

Китайский эротический рецепт

50 г грецких орехов

лук-резанец

растительное масло

Грецкие орехи поджарить в растительном масле, отдельно поджарить лук-резанец, довести его почти до готовности, посолить и подавать на стол.

Горчичная заправка

150 г растительного масла

2 желтка

25 г столовой горчицы

250 г 3%-ного столового уксуса

25 г сахара

черный молотый перец

соль

Столовую горчицу, сырые желтки поместить в посуду, добавить соль, сахар и растереть лопаткой. При непрерывном помешивании тонкой струей влить масло и перемешать. Затем развести уксусом и добавить молотый перец. Заправку используют для салатов.

Брынза с яйцами

2 яйца

1 ст. л. тертой брынзы

1 ст. л. творога
тертый огурец 1
1 луковица
соль

Яйца отварить всмятку, брынзу натереть на терке. Все смешать с измельченным огурцом, луковицей и творогом. По вкусу добавить соль.

Баклажанные рулеты

150 г тонких ломтиков баклажана
100 г мякоти баклажана
20 г анчоусов
100 г молотых грецких орехов
20 г дижонской горчицы
10 г чеснока
10 г петрушки
25 г очищенных помидоров
100 г листьев салата
50 г оливкового масла
100 г томатного соуса
20 г сыра пармезан сок одного лимона
соль
перец

Поджарить ломтики баклажана. Начинка: смешайте остальные продукты. Положить начинку в баклажаны и завернуть в рулеты. Готовые баклажаны посыпать сыром и полить томатным соусом.

«Кораблики» из перца и морской капусты

1–2 красных болгарских перца
1–2 ст. л. сушеной морской капусты
зелень

Сушеную морскую капусту накануне вечером залить крутым кипятком (примерно 1/2 стакана). За ночь капуста должна впитать всю жидкость. Перец промыть, обтереть и почистить от семян и плодоножки. Разрезать перец вдоль на 4–6 долек (в виде лодочек). Каждую «лодочку» наполнить морской капустой; сверху положить веточку зелени; можно посыпать тертым сыром, положить кусочекрыбы, креветку и т. п., а также тонкий ломтик лимона.

Баклажаны с орехами

1 баклажан
100 г грецких орехов
50 г репчатого лука
10 г кинзы
10 г петрушки
10 г укропа
10 орегана
10 г чеснока
хмели-сунели
красный острый перец
50 г зерен граната
оливковое масло
соль

Баклажан разрезать на 4 продольные части, посолить и обжарить на подсолнечном масле. Чтобы приготовить ореховый фарш, нужно грецкие орехи пропустить через мясорубку, добавить обжаренный лук, зелень, специи и перемешать. В остывшие баклажаны завернуть ореховый фарш. Блюдо украсить зернами граната.

Картофель натуральный «Ода страсти»

2 средней величины картофелины
1 ст. л. тертой редьки
1 ст. л. растительного масла
1 ч. л. тертого хрена
соль по вкусу

Из очищенного картофеля аккуратно вырезать фигурку фаллоса (не обязательно тщательно отделывать форму, ведь важен эротический смысл); картофель отварить в под соленой воде так, чтобы не деформировать форму, и подать к столу с тертой редькой, смешанной с хреном, а картофельный отвар налить в стаканы и подать в теплом виде как напиток. Картофель поливают растительным маслом.

Также можно готовить и свеклу, редьку, репу, морковь, ведь такие виды овощей легко поддаются скульптурной обработке.

Квашеная капуста «Мой милый»

1/2 стакана квашеной капусты

1 ст. л. тертой редьки
1 ст. л. растительного масла
1 ст. л. тертой сырой свеклы

Квашеную капусту смешать с тертой сырой свеклой и редькой и заправить растительным маслом.

Трубочка из ветчины, запеченные в горчичном соусе

8–10 тонких ломтиков ветчины, или копченой корейки
4–5 шт. лука-порея или моркови
1 ст. л. маргарина
2 ст. л. муки
1 ч. л. горчичного порошка
1 стакан бульона
1/2 стакана сметаны
1–2 яйца
соль
перец
красный перец
рубленая зелень петрушки
2 ст. л. молотых сухарей или тертого сыра

Лук-порей или морковь отварить в подсоленной воде и разрезать вдоль пополам. Ломтики ветчины обернуть вокруг овощей, закрепить спичкой и положить на противень или в огнеупорную форму. Маргарин растопить, прогреть в нем муку и горчицу. Добавить жидкость и сметану, варить 8–10 мин и приправить. Соус слегка остудить и прибавить к нему яйца и зелень. Вылить соус на трубочки из ветчины, сверху посыпать тертым олром или молотыми сухарями. Запекать в горячей духовке до образования светло-коричневой корочки.

Закуска «Демон»

2–3 средние моркови
8 ломтиков вареной колбасы с паприкой
1 ст. л. горчицы
1 ст. л. хрена
2 больших маринованных огурца
стручок сладкого перца красного цвета
8 головок консервированного серебристого репчатого пука

Морковь нарезать тонкими длинными полосами одинаковой величины и сварить в подсоленной воде (примерно 10–15 мин).

Ломтики колбасы намазать горчицей, сверху распределить хрен. От маринованных огурцов отрезать по 4 кружочка, оставшуюся часть нарезать тонкими длинными полосками. Стручок перца очистить от плодоножки, перегородок и зерен и также нарезать тонкими полосками. Полоски моркови, огурцов и перца положить вперемешку на ломтики колбасы, свернуть ломтики в трубочку и скрепить деревянным шампурчиком. Сверху на каждый шампурчик нанизать кусочек огурца и головку лука.

Дон Корлеоне

50 г муки
1 яичный желток
40 г пармезана
40 г холодного масла
соль, мягкая порошкообразная приправа карри

Муку переложить в маленькую миску, с низкими стенками. Смешать яичный желток с пармезаном, солью и порошкообразной приправой карри, взболтать и налить в миску. Перемешать с мукой при помощи миксера.

После этого добавить холодное масло и замесить тесто. Дать настояться в течение 10 мин в холодильнике. Разогреть жаровню до 200 °С.

Тесто раскатать на толщину 3 см и разрезать на 18 кусочков. Положить на покрытый фольгой противень и выпекать в течение 10 мин. Достать, дать остынуть.

Идеально подходит к мартини, «Кровавой Мэри».

«Дон-Кихот»

2 пучка зеленой спаржи
200 г сливочного масла
8 апельсинов
соль мед

Очистить спаржу (сняв верхний плотный слой), подрубить корешок и положить в подсоленную кипящую воду на 5 мин. В эту же воду на одну-две минуты опустить лук-порей, который будет служить своеобразной веревочкой для спаржи. Масло растопить и дать ему постоять, чтобы можно Сыло отделить жир от белых хлопьев сыворотки. Выдавить сок из апельсинов и вылить его на раскаленную сковороду. Дождаться, пока он упарится, затем добавить жир от растопленного сливочного

масла. Когда соус приобретет вязкую консистенцию, можете добавить в него мед по вкусу. Полученный соус разлить по блюдам, затем выложить на них спаржу, перевязанную лукомпореем.

Подавать блюдо, пока соус не остыл, украсив его прогретыми на сковородке дольками апельсина (без кожицы и косточек) или клюквой.

Фаршированный инжир

12 свежих фиг
2–3 спелых помидора
12 орехов: грецких, кедровых, миндальных или абрикосовых косточек — по вкусу
2–3 зубчика чеснока
соль
перец
щепотка мускатного ореха

Крестообразно надрезать на помидорах кожицу и на несколько секунд опустить их в крутой кипяток. Аккуратно снять кожу и мелко нарубить помидоры до однородной массы, добавив растертый чеснок и пряности. Разогреть духовку до 180–200 °С. Вымытый и просушенный инжир завернуть в фольгу и запекать 15 мин. После этого срезать верхушки, удалить мякоть (ее можно съесть отдельно) и наполнить каждую инжирину приготовленной томатной пастой, поместив внутрь по одному орешку. Затем снова поставить в духовку на несколько минут. Подавать блюдо горячим.

«Горячие цветы»

12 цветков цуккини
2 кабачка цуккини
соль
перец по вкусу
растительное масло для жарки
1 лимон
Тесто:
1 яичный желток
275 мл воды
1/2 ч. л. соли
100 г пшеничной муки

100 г картофельной муки (крахмала)
1 пучок свежего базилика

Срежьте чашечки у цветов цуккини и раскройте их. В каждый цветок положите кусочки цуккини.

Чтобы приготовить тесто, надо смешать желток с водой и солью, затем добавить муку, крахмал и базилик, перемешать деревянной ложкой.

Не мешать тесто слишком долго; ничего страшного, если мука где-то останется комками. Тогда кляр получится легким и воздушным.

Перед тем как опускать цветки во фритюр, подготовить противень, выложенный бумажными кухонными полотенцами. Нагреть масло для жарки до 190 °С. Окунуть цветы в тесто и обжарить во фритюре (выкладывая их в один слой) по несколько минут с каждой стороны. Цветки должны стать бледно-золотистыми. Достать их шумовкой, обсушить и положить на противень, посыпав солью и перцем. Поставить противень в духовку, разогреть до 180 °С. Оставить дверцу духовки приоткрытой. Когда все снежки готовы, сбрызнуть их лимонным соком и сразу подавать к столу.

Овощи заливные эротические

1 репа
1 редька
1 свекла
1 морковь
1 огурец
1/4 средней величины тыквы
желатин
вода

Овощи положить в горячую воду, быстро довести до кипения, варить 5–6 мин, снять с огня и настоять без нагревания 10–15 мин. Затем осторожно вынуть, а в отвар добавить соль по вкусу и желатин из расчета на 1 л воды 50 г сухого желатина (его замачивают в овощном отваре, а затем при постоянном перемешивании довести до кипения); полученным раствором залить овощи так, чтобы можно было их затем красиво выловить, ведь раствор желатина можно закрасить тремя цветами: красный (свекла), белый (без краски), зеленый (сок от зеленых растений). Варьируя такими цветами, можно получить красивые разнообразные сочетания.

Ломтики колбасы, запеченные с грибами

500 г вареной колбасы
бульон или, вода
перец
200 г грибов
1 ст. л. жира
1 головка репчатого лука
1 ч. л. муки
1 ст. л. рубленой зелени петрушки
1/2 стакана сметаны, соль

Разрезать колбасу на 8–10 ломтиков, каждый ломтик посыпать перцем. Ломтики положить на влажный противень. Грибы нарезать кусочками и тушить в жире вместе с рубленым луком; добавить муку, рубленую зелень петрушки и сметану, прогреть все вместе и приправить. На каждый ломтик колбасы горкой положить грибы и запекать в духовке при температуре 250 ˚С в течение 15 мин. Сразу подавать на стол.

Грибы запеченные эротические

10 средней величины свежих грибов
1 морковь
1 стакан рубленой белокочанной капусты
1 ч. л. рубленой зелени петрушки
1 ст. л. рубленой репы
3 ст. л. сметаны
соль

Грибы промыть и мелко порубить. Морковь и репу очистить и натереть соломкой, а капусту порезать мелкими дольками. Овощи смешать с грибами, добавить соль, сметану и перемешать. Залить кипящей водой, чтобы грибы и овощи были только покрыты, и быстро довести до кипения, варить 6–7 мин и настоять без нагревания 10–12 мин. Грибы и овощи выложить на блюдо, полить отваром, остающимся от варки грибов и овощей. Посыпать грибы и овощи рубленой зеленью петрушки.

Шляпки шампиньонов фаршированные

1 кг крупных шампиньонов
2 луковицы
2 моркови

1 болгарский перец
1 ст. л. белого сухого вина
0,5 ч. л. муки
200 г консервированной кукурузы
соль
перец по вкусу
растительное масло

У шампиньонов вырезать ножки. Разогреть на сковороде 1 ст. л. масла, выложить небольшое количество шляпок так, чтобы они размещались на сковороде достаточно свободно, и быстро обжарить их на сильном огне. Таким образом обжарить все шляпки.

Лук, морковь, ножки грибов очистить и измельчить. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать тонкой соломкой. Разогреть на сковороде 2 ст. л. масла. Добавить овощи и ножки грибов: обжаривать, помешивая, 5 мин. Добавить вино, муку и кукурузу, перемешать. Посолить, поперчить по вкусу, еще раз перемешать и снять с огня.

Наполнить шляпки получившимся фаршем, уложить их в форму для запекания и поставить в заранее разогретую до 200 ºС духовку на 7 мин. Шляпки грибов также можно начинить смесью овощей с куриным филе или ветчиной, а затем запечь под соусом из сливок и тертого сыра.

Сморчки в сметане

500 г сморчков
1 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. муки
1/2 стакана сметаны
соль

Сморчки замочить на час в холодной воде, промыть и 10–15 мин варить в подсоленной воде. Опять промыть, добавить масло и поджарить. Посыпать мукой, добавить воду, сметану и тушить до готовности.

Трюфели в шампанском

4 шт. трюфелей
200 мл шампанского
бульон
1 ст. л. крахмала

соль
мускатный орех

Трюфели сложить в кастрюлю, влить бульон и шампанское и варить на слабом огне 30 мин. Затем переложить трюфели в глубокое блюдо. Из бульона сделать соус, добавить в него крахмал, соль и мускатный орех. Залить им трюфели.

Суфле с трюфелями

12 яиц
1 крупный трюфель
100 г сливочного масла
400 г густой сметаны или очень густых сливок
соль
белый (или черный) молотый перец

Трюфель тщательно вымыть в холодной воде щеткой с жесткой щетиной. Положить его в ту же посуду, что и яйца, и поставить в прохладное место на 48 часов. После этого взбить яйца и дать им отстояться. В это время нарезать трюфель тонкими ломтиками (3 мм), а сазня ломтики — соломкой. Смазать сотейник сливочным маслом и поставить его на водяную баню. Когда сотейник разогреется, влить в него яйца и постоянно помешивать деревянной палочкой, отодвигая свернувшуюся смесь от краев к середине. Когда яичная смесь свернется как следует, вмешать в нее сметану, добавить соль и перец. Когда загустеет, всыпать в суфле кусочки трюфеля и сразу подавать на стол — обязательно в подогретой фарфоровой чаше или салатнике.

Рае с грабами «Кольцо»

1 стакан риса
сливочное масло
300 г шампиньонов
соль
перец

Обжарить 1 стакан риса с 3 ст. л. сливочного масла, залить его 3 стаканами кипятка, посолить; варить на слабом огне. Отобрать 300 г мелких шампиньонов, очистить их, промыть и отварить в слегка подсоленной воде. Затем откинуть на сито. Подготовленные грибы выложить на середину мелкой тарелки большого диаметра. Вокруг по бордюру уложить рис в виде кольца и посыпать его черным перцем; в 3–4 местах воткнуть по 1

шампиньону. Разогреть 2–3 ст. л. сливочного масла и залить грибы.

Лимонный рис

275 г риса
1 ст. л. топленого или растительного масла
1/2 ч. л. тмина
1/2 ч. л. корицы
1 стручок зеленого перца
0,5 л воды
1 ч. л. соли
2 ст. л. лимонного сока
70 г сливочного масла
1 лимон
петрушка

Рис промыть в холодной воде и замочить его на 15 мин. Затем откинуть на дуршлаг, дать стечь воде. Разогреть топленое масло на среднем огне, в кастрюлю с маслом положить семена тмина, корицу, нарезанный перец, наконец просушенный рис. Через 3–4 мин, когда зерна риса станут прозрачными, влить кипящую подсоленную воду и перемешивать в течение 1 мин. Закрыть кастрюлю, уменьшить огонь, варить, не мешая, 20 мин, пока рис не впитает всю воду. Подняв крышку, побрызгать рис лимонным соком и положить сливочное масло. Варить без крышки еще 2–3 мин. Готовый рис разрыхлить вилкой. Каждую порцию приправить ломтиком лимона и веточкой петрушки.

Помидоры с начинкой из трески

8 помидоров
150 г филе трески, соль
свежемолотый белый перец
лимонный сок
2–3 ст. л. Нарезанных листьев базилика
1 щепотка сахарного песка
4–6 ст. л. оливкового масла

Нагреть электрическую духовку до 200 °С. Помидоры вымыть, обсушить и срезать с каждого верхнюю часть. Вынуть чайной ложкой содержимое и, перевернув, дать соку стечь.

Рыбу вымыть, обсушить и нарезать мелкими кубиками. Приправить солью, перцем, лимонным соком и перемешать с

базиликом.

Слегка приправить помидоры изнутри солью, перцем и сахарным песком. Заполнить рыбной начинкой и накрыть крышечками. Фаршированные помидоры поместить на дно плоской жаропрочной формы и обильно полить оливковым маслом. Приправить солью, перцем и небольшим количеством сахарного песка и запекать в духовке на среднем уровне при температуре 200 ˚С около 10 мин.

Помидоры, фаршированные крабами и креветками

12 маленьких крепких помидоров (не черри)
170 г консервированного крабового мяса
1 ст. л. свежей нарезанной петрушки
225 г отваренных и очищенных креветок
2 ст. л. майонеза
1 ст. л. жидкой сметаны
1 ч. л. томатного пюре или пасты
листовая горчица
кресс-салат
соль
свежемолотый черный перец по вкусу

Срезать с помидоров верхушки и вынуть мякоть чайной ложкой. Немного посолить и поставить на 10 мин срезом вниз на поднос, чтобы вытек лишний сок. В это время положить крабовое мясо, петрушку и мелко нарезанные креветки в миску. Смешать майонез, сметану и томатное пюре, посолить и поперчить. Залить соусом содержимое миски и тщательно перемешать. Наполнить помидоры начинкой. Разложить на тарелке листовую горчицу и кресс-салат, сверху поместить помидоры.

Суши с лососем

200 г риса для суши
1 лист морской капусты конбу
2 ст. л. рисового уксуса
1/2 ст. л. сахарного песка
соль на кончике ножа
около 250 г филе лосося
васаби
листы нори

Вымыть в сите рис так, чтобы вода стала абсолютно

прозрачной, и оставить в сите на 30 мин, чтобы она полностью стекла.

Рис довести до кипения в 320 мл воды, предварительно положив в нее лист комбу, надрезанный в 4-х местах. Затем варить на сильном огне 2 мин и на слабом 15–20 мин.

Рисовый уксус разогреть с сахарным песком и солью до полного их растворения. Положить рис в широкую миску и удалить лист конбу. Подмешать уксусную смесь и остудить рис. Суши можно приготовить как в виде рулетиков, так и в форме цилиндров. На то и другое уходит одинаковое количество продуктов.

Для рулетиков на лист нори выложить рис слоем около 5 мм. Нарезать лососину тонкими полосками шириной в большой палец и с одной стороны смазать пастой васаби. Поверх риса вдоль положить полоски лососины и закатать все в рулет. Рулет разрезать острым ножом на кружочки толщиной около 2 см.

Для цилиндров лососину нарезать ломтиками толщиной 1/2 см, шириной 3 см и длиной 5–6 см и смазать их небольшим количеством пасты васаби. Сделать рисовые колобки одинакового размера диаметром 3–4 см. Слегка приплюснув, каждый обернуть кусочком лососины (смазанной стороной вниз) и хорошо прижать. Лист нори нарезать узкими полосками, обернуть ими цилиндрики и хорошо прижать.

Печеные креветки

2 стакана креветок
2 ст. л. масла
2 ст. л. муки
1/2 стакана столового вина или апельсинового сока
1/2 стакана молока
кожура лимона
соль
перец
сушеная шелуха мускатного ореха
2 яйца

Креветки вымыть и обсушить. Разогреть масло на сковороде, положить в него креветки. Размешать с мукой. Добавить молоко, хорошо размешать и держать на огне, пока не появятся пузыри. Добавить вино или апельсиновый сок, немного лимонной кожуры, соль и перец по вкусу и посыпать шелухой мускатного ореха. Размешать со взбитыми яйцами и выпекать 20 мин.

Креветки «Париж»

450 г очищенных крупных креветок
1/4 стакана сливочного масла
1 ст. л. сафлорового масла
115 г нарезанных грибов
1 ч. л. измельченного зеленого лука
3 ст. л. бренди
1/3 стакана белого вина
1,2 стакана соуса Деми-Глейс
2 ст. л. томатной пасты
1 ч. л. свеженарезанной петрушки
3 стакана отваренного на пару риса

Помыть креветки и слить воду. Растопить в небольшой кастрюле 1 ст. л. (15 мл) сливочного масла и обжарить лук и грибы. Добавить вино и бренди и тушить, пока жидкость не выпарится наполовину. Добавить соус Деми-Глейс и томатную пасту. Довести до кипения, убавить огонь и варить 5 мин. Добавить петрушку.

Растопить в сковороде оставшееся сливочное масло и обжарить креветки. Полить креветки соусом. Разложить по тарелкам рис. Сверху положить креветки и политьь соусом. Подавать к столу.

Креветки в остром соусе

2 кг креветок
1 головка чеснока
1 крупный помидор
1 стручок острого перца
1/4 ч. л. тмина
1/4 ч. л. молотого черного перца
3 ст. л. растительного масла
1 ч. л. молотого сладкого красного перца
соль
1/2 л воды

Растолочь вместе чеснок, соль, стручок острого перца, черный перец, тмин. Очистить от кожицы помидор и мелко нарезать. Положить все в разогретое растительное масло и обжаривать 5 мин. Налить воду, добавить промытые креветки и молотый красный перец. Тушить на слабом огне 30 мин.

Креветка для любимого

400 г свежих креветок
1 чашка муки
1/2 ч. л. пекарского порошка
1/2 ч. л. соли
щепотка мускатного ореха
1 яйцо
1/2 чашки пива
жир для жарки

Очистить креветки. Поварить их в небольшом количестве воды 4 мин и откинуть на дуршлаг. Смешать сухие ингредиенты. Взбить яйцо с пивом и добавить к муке, все хорошо взбить. Теперь смесь должна настояться в течении часа. Разогреть жир. Окунать каждую креветку в жир и жарить, пока она не станет золотистой.

Закуска из кальмара

1 кг кальмаров
20 г столового уксуса
3 г черного молотого перца
3 г красного молотого перца
16 г чеснока
10 г соли
80 г растительного масла

Кальмара отварить, нарезать полосками длиной 5 см, добавить уксус, черный и красный молотый перец, соль, измельченный чеснок. Заправить кипящим растительным маслом.

«Морские дары»

2 кг креветок
1 головка чеснока
1 крупный помидор
1 стручок острого перца
1/4 ч. л. тмина
1/4 ч. л. молотого черного перца
3 ст. л. растительного масла
1 ч. л. молотого сладкого красного перца, имбирь, соль
500 мл воды

Растолочь чеснок, соль, стручок перца, черный перец, тмин. Мелко нарезать очищенный от кожицы помидор. Положить все в

разогретое растительное масло и обжаривать 5 мин. Налить воду, добавить промытые креветки и молотый красный перец. Тушить 30 мин.

Запеченные устрицы

6 крупных устриц (без раковин)
300 г воды
кружок лука
несколько зерен душистого перца
щепотка соли
1 ч. л. лимонного сока
150 г густых сливок
50 г тертого сыра
2 ст. л. панировочных сухарей
6–8 тонких ломтиков жирного бекона

Устриц промыть, залить водой, добавить лук, перец, соль и лимонный сок. Поставить кастрюлю на огонь, медленно довести до кипения и выключить плиту. Накрыть крышкой и оставить на 6–7 мин. Вынуть устриц, белую часть разрезать на 2–3 кусочка, а розовую оставить целой. Положить в мелкое жароупорное блюдо, залить сливками с солью и перцем. Посыпать сыром и сухарями и поставить на 15 мин в духовку (180 °С). Поджарить ломтики бекона и уложить сверху.

Мидии в белом вине

1 кг мидий в панцире
1 стакан белого сухого вина
1 стакан оливкового масла
2 дольки чеснока
острый перец
пучок петрушки
100 г воды

Разогреть сковороду, чеснок мелко порубить. На сковороду вылить масло и слегка обжарить чеснок и острый перец. Затем добавить мидии и через 3–5 мин, как мидии откроются, влить вино, воду и добавить петрушку. Закрыть крышкой и тушить 15 мин при минимальной температуре.

Рыбное рагу с ананасом

500 г пикши или другой рыбы по вкусу
100 мл ананасового сока
1 ананас
3 ст. л. растительного масла
2 ст. л. карри
100 мл рыбного бульона
120 мл жирных сливок
соль
черный молотый перец
1 ч. л. крахмала
100 г крабов
сахар

Ананас очистить, разрезать на 8 частей и нарезать кусочками. Кусочки ананаса потушить в растительном масле, посыпать карри и продолжать тушить на маленьком огне. Затем варить в рыбном бульоне со сливками на маленьком огне 5 мин. Филе пикши опустить на несколько минут в ананасовый сок. Затем достать из сока, промокнуть салфеткой, нарезать небольшими кусочками, посолить и поперчить. Крахмал размешать в ананасовом соке, вылить в бульон и, помешивая, довести до кипения. Рыбу и крабы положить в соус, закрыть крышкой и тушить 5–6 мин. Заправить солью, черным молотым перцем и щепоткой сахара.

Семга по-кипрски

1 стейк семги
250 г сливок жирностью 33 %
1 лимон

Стейк семги положить на сковородку. Затем аккуратно сбоку налить сливки. Рыба должна выступать из них наполовину. Сверху на стейк положить кусочки лимона. Поставить в духовку и довести до готовности. В качестве гарнира лучше всего подавать отварной картофель и свежую зелень.

Горячее «Любовная лодка»

2 кусочка палтуса
2 кусочка камбалы
2 кусочка трески без кожи
0,5 л растительного масла для жарки
3 ст. л. муки
10 ст. л. панировочных сухарей

4 яйца соль
черный молотый перец
ломтики лимона для украшения

Рыбу вымыть, обсушить. Налить масло до глубины 2,5 см в высокую кастрюлю и нагреть его до температуры 190 °С. В тарелку насыпать панировочные сухари и приправить их солью и перцем. В отдельной миске слегка взбить яйца. Обвалять каждый кусок рыбы в муке, затем в яйце и сразу же — в панировочных сухарях. Положить куски рыбы в раскаленное масло. Жарить примерно 6 мин, переворачивая, пока корочка не станет коричневой и хрустящей. Вынуть рыбу шумовкой. Дать стечь маслу.

Горячее «Тайфун любви»

800 г трески
сок 1 лимона
1 ч. л. соли
щепотка белого молотого перца
1 ч. л. неострой горчицы
100 г репчатого лука
100 г лука-порея
100 г моркови
пучок петрушки
50 г тонко нарезанного сала
2 ст. л. сливочного масла

Полить рыбу лимонным соком, затем натереть ее солью с перцем. Изнутри смазать рыбу горчицей. Нашинковать лук, нарезать морковь соломкой. Крупно порубить петрушку. Положить рыбу на кусок пищевой фольги, предварительно смазав его салом. Положить половину овощей внутрь тушек рыбы, а другую — вокруг. Сверху на рыбу положить кусочки сала, а на овощи — масло. Завернуть рыбу в фольгу и готовить в духовке при температуре 200 °С около 40 мин.

Морские грезы

10 хвостов креветок (замороженных)
250 г муки
1 яйцо (средней величины)
2 ст. л. масла

Разморозить хвостики креветок. Муку высыпать в миску.

Добавить яйцо и перемешать с мукой. Постепенно добавить 90 мл воды, постоянно перемешивая. Накрыть полотенцем и оставить в теплом месте на 20 мин. Нагреть 1 ст. л. масла в закрытой сковороде, поджарить креветки в течение 4–6 мин, в зависимости от их величины, до тех пор пока они не станут румяными. Выложить их на тарелку. Тесто раскатать диаметром примерно 4 см. Разрезать на 10 кусков. Каждый кусок раскатать в круг диаметром примерно 10 см, положить 1 креветку в центр каждого кружка, прижать стороны теста так, чтобы получилась форма вареника.

Разогреть 1 ст. л. масла в закрытой сковороде и поджаривать в нем вареники в течение 7 минут до появления хрустящей корочки. При этом постоянно переворачивать.

«Кладовая Посейдона»

морской коктейль (мидии, очищенные креветки, кальмары, осьминоги)
осетрина и семга
1 головка лука
1 зубчик чеснока
200 г белого сухого вина
100 г сливочного масла
сливки 33 %-ной жирности
300 г муки
тертый сыр
соль
перец
оливки
зелень

Осетрину и семгу нарезать небольшими кубиками. Затем смешать рыбу с уже размороженными креветками и кальмарами из морского коктейля и все вместе обжарить на сливочном масле, добавив измельченный лук и чеснок.

Полученную смесь надо залить вином прямо на сковороде. Когда жидкости останется совсем немного, добавить сливки. Сливки должны загустеть до консистенции соуса. После этого добавить слегка обжаренную муку до тех пор, пока масса не загустеет. Потом можно посолить и поперчить смесь по вкусу.

Переложить все в форму, посыпать тертым сыром и украсить оставшимися мидиями и осьминогами из морского коктейля. Запекать это блюдо в духовке до появления золотистой корочки. Подавать горячим, украсив зеленью и оливками.

Лепешечки с лососем

120 г пшеничной муки
50 г гречневой муки
1 ч. л. соли
2 яичных желтка
150 мл теплого молока
120 г жидкого меда
2 ст. л. средне-острой горчицы
8 отростков свежих кориандров
12 листиков рукколы или валеръянницы
1 ст. л. масла
300 г копченого лосося

Смешать муку и соль. Желтки и молоко взболтать и смешать с мукой и 8 ст. л. воды. Дать настояться в течение 45 мин.

Хорошо размешать мед и горчицу. Помыть кориандр, высушить и нарезать тонкими полосками. Рукколу помыть и высушить.

Нагреть масло в закрытой сковороде и выпекать из теста по очереди 4 больших тонких лепешки в течение примерно 2 мин. При этом дважды переворачивать. Тесто должно оставаться несколько влажным.

Каждую лепешку тонко намазать медовым соусом, равномерно покрыть рукколой и копченым лососем. Каждую лепешку разрезать на два куска, свернуть рулетом и проколоть зубочисткой.

Камбала в красном вине

500–750 г рыбы
1 стакан красного столового вина
2 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. муки
1 пучок петрушки
1 пучок зеленого лука

На дно сотейника или кастрюли положить очищенные, промытые и нарезанные петрушку и лук, добавить 4 гвоздики, 8 горошин перца и лавровый лист. Подготовленную рыбу нарезать на куски (с костью) и положить поверх кореньев, посолить и залить красным столовым вином и стаканом бульона (можно воды). Закрыть сотейник и варить 15–20 мин. Когда рыба будет готова, бульон слить в другую емкость и приготовить соус: поставить бульон на огонь и кипятить до тех пор, пока его не

останется около 1 стакана. Прибавить к соусу неполную столовую ложку муки, смешанную с таким же количеством масла, и, помешивая, кипятить 3–4 мин. Затем снять соус с огня, положить в него кусочек сливочного масла и снова размешать, чтобы масло соединилось с соусом: добавить соли и процедить. При подаче на стол куски рыбы переложить на подогретое блюдо, гарнировать отварным картофелем и полить соусом.

Суфле из курицы

1 курица
1–3 яйца
3 ст. л. сливок
1–1,5 ст. л. сливочного масла
соль

Сварить курицу, отделить мякоть и несколько раз провернуть ее через мясорубку. Хорошо растереть деревянной ложкой, добавить соль, сырые желтки, сливки, взбитые в густую пену белки. Осторожно все перемешать. Выложить суфле на смазанную маслом сковороду, сгладить поверхность, сбрызнуть маслом и запечь в духовке. Подавать в сковороде, в которой суфле запекалось.

Куриные грудки с ананасом

4 куриные грудки
1 баночка консервированных ананасов
1 ст. л. приправы карри
1 ст. л. лимонного сока
1 ст. л. растительного масла

Кончиком ножа сделать горизонтальный надрез там, где куриная грудка потолще, чтобы получился карман. В чашке смешать измельченные ананасы, карри и лимонный сок. Половину этой смеси нужно отложить, чтобы подать к готовому блюду. В оставшуюся смесь влить растительное масло. Положить по одной чайной ложке смеси в карман каждой грудки. Остальной смесью обмазать грудки сверху. Запекать в духовке при средней температуре, поворачивая время от времени, до образования легкой румяной корочки. Разложить грудки на тарелке, украсить дольками лимона.

Фаршированные куриные рулеты под горчичным соусом

2 куриные грудки
6 ломтиков бекона
250 г шпината
60 г твердого козьего сыра
2 ст. л. оливкового масла
200 мл овощного или куриного бульона
200 мл сухого белого вина
100 мл (или 4 ст. л.) сметаны
1 ч. л. с верхом цельнозерновой горчицы
соль, свежесмолотый черный перец

Куриные грудки положить на разделочную доску между двумя слоями пищевой пленки гладкой стороной вниз. С помощью скалки или тяжелой сковороды придавить каждую грудку, чтобы она стала почти вдвое тоньше, чем была. Снять и выбросить пищевую пленку.

С бекона срезать кожу и положить 3 ломтика на разделочную доску, слегка растягивая их и заезжая одним на другой, чтобы получился прямоугольник. Сверху положить куриную грудку. Повторить с оставшимся беконом и курицей. Шпинат промыть, удалить жесткие стебли. На каждую грудку поместить по 4 листика шпината и слегка прижать, чтобы они распрямились. Козий сыр нарезать маленькими кубиками и выложить в ряд в середине каждой грудки. Все посыпать свежесмолотым черным перцем. Скатать каждую грудку в рулетик, заворачивая ее в бекон. Шпинат и сыр должны быть внутри. Закрепить коктейльными палочками или шпажками. В большой сковороде раскалить 1 ст. л. масла, положить в нее куриные грудки в беконе. Жарить 3–4 мин на довольно сильном огне, пока бекон не станет снизу золотистым, затем перевернуть и жарить еще 3–4 мин. Залить курицу бульоном и вином и довести до слабого кипения. Убавить огонь до среднего и варить, не накрывая крышкой, 20 мин, перевернув один раз по прошествии половины времени. Достать курицу и отложить в сторону. Для приготовления соуса влить в сковороду сметану и горчицу и размешивать с оставшейся жидкостью, пока соус не будет готов. Отдельно в большой сковороде разогреть 1 ст. л. масла, поместить в него остатки шпината, посолить и поперчить. Накрыть крышкой и готовить на среднем огне, периодически встряхивая сковороду, 2–3 мин, пока шпинат не пожухнет. Отжать шпинат, придавливая его к борту сковороды, чтобы удалить излишки воды, затем разложить его на две подогретые тарелки. Каждую куриную грудку разрезать пополам, положить по два кусочка на каждую тарелку и полить все соусом. На гарнир можно подать тальятелли или отварной картофель.

Курица с овощами «Женская логика»

1/2 средней величины курицы
2 картофелины
1 луковица
1 ч. л. сухой мяты
1 ч. л. сухой душицы.
соль
1 л воды

Обработанную курицу порубить с костями на небольшие кусочки, добавить рубленный лук, нарезанный очищенный картофель, сухие травы и залить горячей соленой водой; быстро довести до кипения, варить 15–20 мин, сразу же снять с огня и настоять без нагревания 10–15 мин (если курица мягкая, то настаивание исключается); подавать курицу с овощами в посуде, в которой она готовилась.

Закуска «Кокетка»

300 г белого мяса индейки без кожи
125 г клюквы
тонкие листики из кожуры лимона
2 ч. л. меда
Для маринада:
1 ст. л. тертого имбирного корня
1 измельченный зубчик чеснока
1 ст. л. тертой кожуры лимона
1 ч. л. меда
1 ст. п. лимонного сока
45 г натурального йогурта
1/2 ч. л. соли соус табаско

Приготовить маринад: тщательно перемешать имбирь, чеснок, мед, цедру и сок лимона, йогурт, соль и несколько капель соуса табаско. Тонко порезать мясо индейки и разделить его на полоски 12х1 см. Положить мясо в маринад и оставить на 2–3 часа. Вымочить в холодной воде 20 деревянных шампуров, чтобы не опалить их в духовке. Сложить лимонную кожуру, клюкву и мед в небольшой сотейник, добавьте 2 ст. л. воды и поставить на 3–4 мин на небольшой огонь. Вынуть ягоды и кожуру ложкой из сотейника, остудить. Насадить полоски мяса на шампуры в форме буквы 8, перемежая ягодами клюквы. Выстелить противень пергаментной бумагой и сложить на него шампуры. Поставить в гриль на 15 мин. Мясо станет мягким, а ягоды — еще ярче.

Украсить шампуры листочками из кожуры лимона.

«Петушка» с перцем чили в ананасовой приправе

1 зубчик чеснока
1/2 ст. л. масла
1 ст. л. лимонного сока
1/2 высушенного стручка перца чили (в качестве замены 1 свежий красный стручок перца чили)
филе курицы
маленькая банка ананасов в собственном соку
тонкий весенний лук
1–2 зеленых стручка перца чили
20 листиков базилика
4 ст. л. свежевыжатого лимонного сока с сахаром
2 ч. л. коричневого сахара
соль
черный перец

Очистить чеснок и порезать его тонкими полосками, затем смешайттьго с 2 ст. л. масла и лимонным соком, перцем чили, помыть, высушить и нарезать маленькими квадратиками. После этого смешать с маринадом и мариновать в холодильнике в течение 1 ч. Ананас необходимо порезать очень тонкими кусочками. Весенний лук очистить, помыть, белую и светло-зеленую часть нарезать очень тонкими кольцами. Стручки чили разрезать вдоль, достать зерна, после этого нарезать перец очень тонким и кубиками. Помыть листья базилика, высушить и нарезать мелкими кусочками. Лимонный сок смешать с сахарам, солью и перцем, до тех пор пока сахар не растворится. Все продукты смешать и дать настояться в течение часа.

Нагреть 1 ст. л. масла в закрытой сковороде, поджарить в нем куриное филе, постоянно поворачивая, в течение 6–7 мин. Подавать на двух тарелках с ананасовой приправой, украсить базиликом.

Говядина со смородиновыми листьями

100 г говядины
1 морковь
1 луковица
1 репа
2 картофелины

1 ст. л. измельченных сухих листьев смородины.

Овощи очистить, нарезать кусочками, лук измельчить. На дно кастрюли положить кружочки картофеля, на них — продолговатые кусочки говядины, сверху — остальные овощи. Залить кипящей водой так, чтобы был покрыт верхний слой, добавить сухие листья смородины, довести до кипения и варить на слабом огне 8–10 мин. Настоять без нагревания 10–15 мин.

Баранина с горчицей и орехами

2 куска баранины на ребрышках
соль и молотый перец по вкусу
75 г белых хлебных крошек
3 ст. л. нарезанной зелени
2 зубчика чеснока
2 ст. л. оливкового масла
50 г фундука
4 ст. л. неострой горчицы
лавровые листики для украшения
Для гарнира:
1,4 кг овощной смеси

Срезать с баранины пленки и жир, посыпать ее молотым черным перцем.

В большой сковороде на растопленном бараньем жире обжарить ребрышки. Положить оба куска на противень так, чтобы кончики ребрышек перекрестились. Запекать в течение 10 мин.

Смешать хлебные крошки, зелень, чеснок, оливковое масло, соль и перец и измельчить в кухонном комбайне, добавить орехи — измельчать еще полминуты.

Вынуть ребрышки из духовки и с той стороны, где был срезан жир, обмазать горчицей. Сверху на горчицу насыпать смесь с орехами. Полить соком с противня и вновь поставить в духовку на 20–30 мин.

Готовую баранину накрыть фольгой и дать постоять 10 мин до подачи на стол. Выложить на блюдо вместе с гарниром и украсить лавровыми листьями.

Крупно нарезанные овощи — картофель, лук, морковь, кабачок или тыкву — запечь на верхней полке духовки, сбрызнув оливковым маслом, до золотистой корочки.

Кускус с бараниной и овощами

750 г баранины

500 г кускуса (или измельченного проса, крупы «Артек» или манной)

100 мл оливкового масла

соль, черный перец, шафран по вкусу

1 ч. л. имбиря

1 пучок зелени кориандра (кинзы)

3–4 (400–500 г) помидора

1–2 моркови

2 репы

1–2 стручка сладкого красного перца

2 цуккини

2 баклажана

Сбрызнуть кускус водой (не заливать!), смешать с 30 мл оливкового масла и оставить набухать. Баранину промыть, нарезать на куски (кубики по 2–3 см), залить водой и варить 15–20 мин, добавив все специи и оставшееся оливковое масло. Затем вложить очищенные, крупно нарезанные овощи (морковь, репу, помидоры, сладкий перец) и варить еще 10 мин. Добавив цуккини и баклажаны, уменьшить огонь, и тушить рагу 30 мин. Набухший кускус переложить в дуршлаг с мелкими дырочками, закрепить его над кастрюлей, в которой варится мясо с овощами. Готовый рассыпчатый кускус выложить на большое блюдо, полить соусом, образовавшимся при готовке мяса. Мясо и овощи уложить вокруг крупы.

«Сердечки» из ягненка

1 яйцо (крупное)

1 ч. л. соли, черный перец

250 г ягнятины

1/2 красного перца

1/2 ч. л. свеженатертых имбирей

1/2 пучка свежей мяты.

1/2 ст. л. масла

Яйцо и соль взбить, добавить перец и перемешать с ягнятиной с помощью вилки. Очистить и помать красный перец. Имбирь порезать тонкими полосками и положить под филе ягненка. Полученную массу разделить. Помыть мяту, высушить и нарезатье тонкими кусочками. Мяту равномерно смешать с мясом ягненка. Сформировать 10 маленьких мячиков, после этого придайть им форму сердца. Поджарить сердечки в масле в течение 10–12 мин. При этом их следует неоднократно

переворачивать. К этой закуске идеально подходит мятный крем.

Мятный крем

100 г йогурта
50 г творога
2–3 ст. л. легкого салатного соуса (в качестве замены можно взять майонез)
пучок свежей мяты
1 ч. л. мятного сиропа
соль, перец

Тщательно перемешать йогурт и творог, приправить солью и перцем. Добавить салатный соус. Мяту помыть, высушить и тонко нарезать. Еще лучше — растереть ее в ступке. Смешать с мятным сиропом и добавить в общую массу. Дать настояться в холодильнике в течение 30 мин.

Идеально подходит к конфеткам из ягненка, поджаренному мясу, курице и другим закускам.

Вариант — крем карри: йогурт, творог, салатный соус, соль и перец перемешать как описано выше. 1/2 ст. л. свеженатертого имбиря смешать с 2–3 ч. л. порошкообразной приправы карри. Приправить одной каплей лимонного сока. Добавить вареное яйцо, нарезанное тонкими кубиками.

Телячьи почки с коньяком

2 телячьи почки
молоко
2 ст. л. жира
1 ст. л. муки
200 г сливок 20 %
2 ст. л. коньяка
соль
перец

Почки разрезать пополам, удалить жилы и замочить на ночь в молоке. Нарезать почки ломтиками, обвалять в муке и быстро обжарить в разогретом жире. Добавить соль и перец, залить сливками и тушить. Коньяк добавить перед подачей на стол.

Жареная печень с апельсинами

500 г печенки
1 ч. л. горчицы
2 ст. л. мука
2 ст. л. жира соль
перец
имбирь
2 апельсина
1 ст. л. сливочного масла
1/2 стакана сухого вина

Очищенную печенку нарезать ломтиками, смазать горчицей и обвалять в муке. Обжарить в разогретом жире до образования светло-коричневой корочки, посыпать солью, перцем, имбирем и жарить еще несколько минут на слабом огне. Готовую печенку переложить в другую посуду. Сковороду сполоснуть небольшим количеством воды, жидкость процедить, добавить масло. Апельсины очистить; из одного выжать сок, другой разрезать острым ножом на тонкие ломтики. Жидкость от жарки смешать с апельсиновым соком, вином и прогреть. Печенку выложить на блюдо, залить соусом, украсить дольками апельсина.

Пицца с шампиньонами и салями

250 г муки
20 г дрожжей
1 щепотка сахарного песка соль
9 ст. л. оливкового масла
4 ст. л. томатной пасты
100 г салями
100 г вареного окорока
100 г шампиньонов
4 помидора
2 красные луковицы
125 г консервированной кукурузы
12 черных оливок
2 зубчика чеснока
1/2 ч. л. лимонного сока
перец
100 г тертого сыра пармезан

Просеять в миску муку, сделать посередине углубление и покрошить туда дрожжи. Добавить сахар и 50 мл теплой воды, добавить немного муки с краев и перемешать. Оставить на 15 мин. Добавить 75 мл воды, соль и 4 стол, ложки оливкового масла. Замесить тесто, накрыть и оставить на 30 мин.

Разделить тесто на 4 части и раскатать каждую в форме круга. Перемешать томатную пасту с 1 ст. л. оливкового масла и намазать смесью тесто.

Покрыть ломтиками салями и окорока. Шампиньоны нарезать ломтиками и выложить сверху.

Помидоры и лук нарезать ломтиками и покрыть ими грибы. Откинуть на дуршлаг кукурузу и выложить на тесто вместе с оливками. Очистить чеснок, пропустить через пресс и перемешать с 4 ст. л. оливкового масла, лимонным соком, солью и перцем. Полить пиццу смесью, посыпать сыром и выпекать 20 мин при 180 ˚С.

Пицца с креветками и острым перцем

2 луковицы
4 ст. л. оливкового масла
1 зубчик чеснока
4 помидора
2 ст. л. томатной пасты
4 ст. ложки смешанной рубленой зелени
2 стручка острого перца
соль
перец
100 г стручков зеленого и красного сладкого перца
80 г цуккини
80 г баклажанов
125 г сыра моцарелла
120 г сыра гауда
12 креветок
готовое тесто для пиццы.

Очистить лук и нарезать кубиками 1 луковицу. Разогреть 2 ст. л. оливкового масла. Выдавить туда через пресс чеснок и добавить кубики лука. Снять с помидоров кожицу, нарезать мякоть кубиками, подмешать к чесноку и тушить 10 мин. Добавить томатную пасту и 2 ст. л. зелени. Плодовую мякоть 1 стручка острого перца мелко порубить и тушить 5 мин. Посолить и поперчить.

Нарезать ломтиками сыр моцарелла и натереть на мелкой терке сыр гауда.

Нарезать сладкий перец кусочками, цуккини — ломтиками, а баклажаны — кубиками. Оставшийся острый перец и лук нарезать кольцами. Обсушить креветки и слегка обжарить в 1 ст. л. масла.

Выложить на противень тесто и намазать его томатным

соусом. Покрыть тушеными и свежими овощами, креветками и сыром. Посыпать зеленью и полить 1 ст. л. масла. Выпекать 20–25 мин.

Пицца с шампиньонами и брокколи

20 г дрожжей
1 щепотка сахара
100 мл молока
250 г муки
соль
4 ст. ложки оливкового масла
200 г брокколи
3 помидора
1 стручок красного сладкого перца
150 г шампиньонов
125 г зерен консервированной кукурузы
250 г протертых помидоров
1 ч. л. сушеной душицы перец
100 г тертого сыра гауда
2 ст. л. оливкового масла
листочки душицы

Покрошить дрожжи и растворить их в теплом молоке. Добавить сахар, затем муку, 1/4 ч. л. соли и оливковое масло. Перемесить, накрыть и поставить в теплое место на 30 мин.

Разделить брокколи на соцветия, бланшировать в кипящей подсоленной воде 4 мин, обдать холодной водой и откинуть на дуршлаг. Нарезать помидоры ломтиками, а сладкий перец — полосками. Грибы разрезать на 4 части. Откинуть на дуршлаг кукурузу. Нагреть духовку до 180 °C.

Разделить тесто пополам и раскатать каждую половину в круг диаметром 30 см. Выложить на противень, смазанный жиром, и намазать тесто протертыми помидорами. Разложить сверху овощи. Приправить солью, перцем и душицей. Посыпать тертым сыром.

Еще раз поставить в теплое место на 15 мин и полить оливковым маслом. Выпекать по 30 мин, пока сыр не расплавится. Вынуть пиццы из духовки и сразу же подавать на стол, посыпав листочками душицы.

Блинчики с икрой

30 г пшеничной муки
50 г гречневой муки
1 ч. л. соли
2 яйца
1 ст. л. масла
сметана
икра форели

Смешать муку и соль. Смешать желтки со 100 мл минеральной воды и взболтать, перемешать с мукой. Оставить настояться в течение 30 мин.

Разогреть масло в закрытой сковороде, выпекать блины. Подавать на стол со сметаной и икрой.

Кнуспер

1 упаковка сильно охлажденного теста для блинчиков
горчица
кориандр

Взять 2 листа, разморозить. Намазать одну сторону горчицей, а другую — водой. Горчицу посыпать свеженарезанным кориандром. В воду добавить смесь имбиря и кориандра. Тесто разделить на небольшие кусочки. Подогрейть масло в закрытой сковороде и выпекать печенье.

Фондю из сладкого сыра

300 г твердого сладкого сыра
300 г твердого соленого сыра
2 рюмки белого вина
1 рюмка вишневого ликера или коньяка
1 ч. л. картофельного крахмала
1 долька чеснока
1 щепотка мускатного ореха
соль
перец по вкусу

Натереть долькой чеснока внутреннюю поверхность кастрюли и оставить чеснок на дне. Положить тертый сыр, полить вином и поставить на сильный огонь. Помешивать сыр, пока он не начнет закипать. Затем растворить в рюмке ликера или коньяка ложку крахмала и влить в кастрюлю. Посолить, поперчить, бросить щепотку мускатного ореха.

Голландское фондю

0,5 маленькой луковицы
1 стакан молока
500 г тертого сыра «гауда»
2 ч. л. зерен тмина
3 ч. л. кукурузной муки 3 ст. л. джина
перец
ржаной хлеб и маленькие шампиньоны, для сервировки

Натереть посуду половинкой луковицы. Нагреть в ней молоко до кипения, затем постепенно всыпать сыр. Когда сыр расплавится, добавить тмин. В маленькой миске перемешать муку с джином, затем добавить, помешивая, в сырную смесь и держать на огне 2–3 мин. Поперчить. Подавать с кубиками ржаного хлеба и шампиньонами.

Десерты и выпечка

Апельсины, фаршированные фруктовым салатом

4 апельсина
1 банан
1 небольшое яблоко
1/2 свежего или консервированного персика
сок половины лимона
3 ст. л. сахарной пудры
4 ст. л. сметаны или жирных сливок

Тщательно вымыть фрукты. Банан очистить от кожуры и порезать мякоть тоненькими кружочками. Яблоко также очистить от кожуры и, удалив несъедобную сердцевину, нарезать тонкой соломкой.

Поместить нарезанное соломкой яблоко и банановые кружочки в небольшую салатницу, добавить к ним порезанную на мелкие кусочки половинку свежего или консервированного персика.

Вымытые апельсины обтереть салфеткой насухо, а затем разрезать над салатницей каждый апельсин пополам. Из каждой апельсиновой половинки осторожно извлечь с помощью ложки мякоть. Извлеченную апельсиновую мякоть аккуратно разделить на небольшие кусочки, которые следует тщательно очистить от остатков белой кожуры и зернышек. Добавить кусочки апельсиновой мякоти в салатницу к находящейся там фруктовой смеси.

Посыпать приготовленный фруктовый салат 2 ст. л. сахарной пудры, а затем полить его лимонным соком и осторожно перемешать. Оставшиеся без мякоти половинки апельсинов наполнить приготовленным фруктовым салатом и поставить в холодильник.

Перед подачей к столу взбить сметану (или сливки) с помощью миксера, добавив к ней предварительно 1 ст. л. сахарной пудры, и украсить взбитой смесью начиненные половинки апельсинов.

Айва с медом и орехами

1 айва
50 г очищенных грецких орехов

1 ст. л. сахара
1 ст. л. меда

У айвы вырезать сердцевину и начинить фаршем. Чтобы приготовить фарш, нужно измельчить орехи, добавить сахар и мед. Все перемешать. Фаршированную айву запекать в духовке 20 мин.

Десерт «Армянский»

2–3 яйца
2–3 ст. л. тертого шоколада
1/2 стакана виноградного сока
2–3 ст. л. меда
1/4 стакана красного вина
1/2 граната

Яйца разбить в кастрюлю, смешать с растопленным медом и шоколадом, влить виноградный сок. Прокипятить красное вино, смешать со всеми компонентами. Взбить все до тестообразного состояния, добавить зерна граната. При подаче крем полить гранатовым соком.

Банановые рогалики

300 г муки высшего сорта
соль
цедра от 1 лимона
100 г сахара
2 яйца
100 г масла сливочного
8 бананов
сок 1 лимона
6 ст. л. мармелада абрикосового
2 ст. л. хлопьев миндальных

Муку в смеси с солью просеять в миску, положить лимонную цедру, сахар и 1 яйцо. Добавить настроганное охлажденное масло и быстро замесить песочное тесто, можно добавить 1–2 ст. л. молока. Поместить тесто на 1 ч в холодильник вылежаться. Бананы очистить и сбрызнуть лимонным соком. Духовку разогреть до 180 °С. Тесто тонко раскатать и вырезать 8 квадратиков размером 8х8 см.

У второго яйца белок отделить от желтка. Края квадратиков смазать белком. На каждый квадратик по диагонали положить по

1 банану и свободными концами теста их завернуть. Хорошенько прижать кончики теста. Взболтанным желтком смазать рогалики, уложить их на противень и минут на 20 поставить в духовку выпекаться. Мармелад разогреть, смазать им горячие рогалики и в заключение посыпать их миндальными хлопьями.

Бананы в ванном сиропе

200 г красного вина
100 г сахара
корица
бананы

Сварить сироп из вина, сахара и корицы. Когда сироп закипит, опустить в него очищенные бананы и сразу же снять посуду с огня. Выдержать бананы в сиропе несколько часов.

Белый шоколадный мусс

150 г некислого творога
300 г белого шоколада
300 г натурального йогурта
1 яйцо
цедра и сок
1 апельсина
6 г желатина

С апельсина снять цедру, выжать сок. Стаканы, в которых будет сервироваться десерт, поставить в холодильник охладиться. Желатин залить соком, как следует размешать, дать ему разбухнуть. Творог и йогурт смешать, добавить тертую цедру и замоченный желатин. Отделить белок от желтка, добавить желток в смесь, тщательно перемешать миксером. Шоколад наломать, растопить на водяной бане, также добавить в смесь. Оставшийся яичный белок сильно взбить миксером, аккуратно добавить в массу. Стаканы достать из холодильника, наполнить смесью и вновь поставить охлаждаться 1 ч. Украсить фруктовым желе и фруктами.

Горячий шоколад

2 ст. л. растопленного шоколада на стакан
молоко

взбитые сливки
зефир

Положить по 2 ст. л. растопленного шоколада в 4 высоких стакана, залить кипящим молоком, перемешать и сверху положить взбитые сливки и маленькие кусочки.

Кофейный крем с шоколадом

8 г желатина
1 стручок ванили
250 мл крепкого кофе
3 яичных желтка
80 г сахарного песка
200 *мл сливок*
3 ст. л. шоколадной стружки

Замочить желатин в холодной воде. Разрезать вдоль стручок ванили и выскоблить мякоть. Положить стручок к мякоть в кастрюлю с кофе. 1 раз вскипятить и убавить огонь. Удалить стручок ванили.

Перемешать в миске на горячей водяной бане желтки с сахаром и б ст. л. кофе. Помешивая, влить оставшийся кофе и взбить все до образования густого крема.

Отжать желатин, распустить его и, вливая тонкой струей, подмешать к массе. Поставить миску в холодную воду и мешать кофейный крем до полного охлаждения.

Как только крем начнет застывать, хорошо взбить сливки и осторожно подмешать их к крему. Разложить кофейный крем по 4 красивым десертным вазочкам и поставить в холодильник на 3 ч. После этого посыпать шоколадной стружкой и подавать охлажденным.

Трюфели шоколадные

185 мл сливок
400 г шоколада
60 г сливочного масла
2 ст. л. рома

Растопить 185 мл сливок и 400 г шоколада, добавить 60 г сливочного масла и 2 ст. л. рома, хорошо перемешать. Охлаждать, пока смесь не затвердеет, затем ложкой скатывать смесь в шарики и обваливать шарики в какао порошке или шоколадных хлопьях.

Шоколадные грезы

200 г шоколада
350 мл молока
1 ст. л. желатина
4 яичных желтка
90 г сахара
250 мл взбитых сливок

Растопить 200 г шоколада в 350 мл молока, добавить 1 ст. л. желатина, перемешать, чтобы он растворился. Взбить 4 яичных желтка и 90 г сахара. Добавить шоколадное молоко и оставить, пока оно полностью не остынет. Затем добавить 250 мл взбитых сливок, разлить по вазочкам и поставить в холодильник.

Шоколадное сердечко

200 г масла
200 г горького шоколада
100 г сахара
1,5 ст. л. ванильного сахара
4 яйца
форма для выпечки (сердце)

Растопить шоколад вместе с маслом в микроволновой печи 1 мин. Охладить и вмешать яичные желтки. Одновременно взбить яичные белки с сахаром и ванильным сахаром. Аккуратно перемешать шоколадную смесь с взбитыми белками и вылить все в форму в виде сердца, предварительно смазанную маслом и присыпанную мукой. Выпекать в духовке со средним жаром (160 °C) в течение 25 мин. Затем выключить духовку и оставить остывать прямо в духовке. Сервировать со взбитыми сливками и украсить клубникой или малиной.

Горшочки с шоколадом

250 мл сливок
200 г растопленного шоколада
2 яичных желтка
60 г сахара

Смешать 250 мл сливок, 200 г растопленного шоколада, 2 яичных желтка и 60 г сахара. Разлить по 8 керамическим формочкам и запекать при 150 °C в течение 45 мин, пока они слегка не поднимутся. Подавать с дополнительными сливками.

Мраморно-шоколадные меренги

100 г черного шоколада
5 яичных белков
стакан сахара
пергаментная бумага

Растолочь шоколад и растопить его на водяной бане, постоянно помешивая и не доводя до кипения. Затем снять с огня. Взбить белки, отделенные от желтков, в крепкую пену, постепенно добавляя в них сахар. Остудить растопленный шоколад. Затем аккуратно залить его взбитыми белками, осторожно перемешать. Постелитьна противень пергаментную бумагу. Зачерпывая готовую смесь столовой ложкой, выложить ее на бумагу (получается примерно 20 меренг). После этого поставить противень в духовку, предварительно нагретую до 140 ˚С. Выпекайте меренги 35–40 мин.

Французский мусс

плитка шоколада
1 ст. л. сливочного масла
3 яйца
немного сахарной пудры
цедра одного лимона
ягоды для украшения
соль

Нагреть воду в кастрюле, не доводя до кипения. Шоколад разделить на дольки и растопить на водяной бане, добавить желтки, не допуская, чтобы вода кипела.

Через некоторое время в кастрюлю добавить взбитые белки, соль на кончике ножа, лимонную цедру. Смесь постоянно помешивать. Мусс охладить и украсить ягодами.

Шоколадно-фруктовый салат

белая и коричневая шоколадная глазурь
земляника
физалис
гроздь винограда или другие сладкие плоды, нарезанные маленькими кусочками

Белую и коричневую шоколадную глазурь отдельно растопить на водяной бане, дать им немного остыть. Виноград или фрукты

помыть осторожно, не раздавливая. Землянику разрезать пополам и окунуть в темную шоколадную глазурь, физалис в белую шоколадную глазурь или наоборот. После этого охладить.

Зефирный торт

300 г сливочного зефира
400 г сливок 33 %-ных
4 ст. л. сахара
150 г ананаса
150 г винограда кишмиш

Половинки зефира выложить на дно блюда. Взбить миксером сливки с сахаром и получившейся массой полностью закрыть зефир. Сверху положить нарезанный виноград и ананас. Сделать еще один слой из зефира и крема. Торт украсить кусочками ананаса и виноградом.

Классическое тирамису

200 мл кофе эспрессо
40 мл коньяка
4 яичных желтка
80 г сахарного песка
1 стручок ванили
500 г творога
2 ст. л. марсалы
150 г продолговатого бисквитного печенья
порошок какао для посыпки

Перемешать эспрессо с коньяком. Взбить до образования крутой пены желтки с сахаром. Разрезать вдоль пополам стручок ванили и выскоблить мякоть.

Перемешать творог с ванильной мякотью. Добавляя по столовой ложке, перемешать с желтковой массой и приправить марсалой.

Выложить прямоугольную форму половиной бисквитов. Пропитать их половиной кофе. Нанести половину крема и разровнять его.

Покрыть оставшимися бисквитами и полить эспрессо. Намазать оставшимся кремом и разровнять его. Накрыть тирамису прозрачной пленкой и охлаждать 3 ч. Перед тем как подавать на стол, посыпать толстым слоем какао.

При приготовлении тирамису нужно использовать

исключительно свежие яйца, поскольку крем не подвергают горячей обработке.

Яблочная запеканка с соусом

4 черствые булочки
500 г кислых яблок
сок 1 лимона
1 ч. л. корицы
6 ст. л. сахара
2 ч. л. тертой цедры
1 лимона
70 г молотого миндаля
1 ст. л. сливочного масла
500 мл молока
3 яйца
соль
100 мл сливок
400 мл молока
5 желтков
мякоть 1 стручка ванили
70 г сахара

Нарезать булочки тонкими ломтиками. Очистить яблоки, разрезать их на 4 части, удалить сердцевину и нарезать мякоть дольками. Полить их лимонным соком.

Смазать жиром форму для запекания и покрыть ее слоем хлебных ломтиков. Покрыть частью яблочных долек и посыпать небольшим количеством корицы, сахаром (отложив 3 ст. ложки), цедрой и миндалем. Повторять процесс до тех пор, пока все продукты не будут израсходованы. Завершить слоем хлеба.

Взбить молоко, яйца, соль, оставшийся сахар и залить смесью блюдо. Разложить сверху сливочное масло. Запекать 40 мин при 180 °С.

Для соуса вскипятить молоко, сливки и ванильную мякоть. Перемешать в кастрюле до образования крема желтки с сахаром. Помешивая, добавить горячее молоко со сливками. Помешивая, держать на слабом огне до тех пор, пока соус не загустеет. Не кипятить!

Разрезать запеканку на куски и разложить по тарелкам. Подавать с соусом.

Крем-карамель

350 г сахарной пудры
1 ч. л. корня имбиря
375 мл жирных сливок
300 мл молока
100 мл сладкого вина
3 яйца и еще 4 желтка
кокосовая стружка для украшения
деликатесные блинчики для украшения

Сварить карамель: 225 г сахарной пудры растворить в 50 мл воды и поставить на медленный огонь. Довести жидкость до кипения и кипятить 5–6 минут до золотистого цвета.

Добавить 1/4 ч. л. воды. Осторожно разлить в 6 формочек, обливая дно и края карамелью. Отставить в сторону.

Корень имбиря очистить, натереть на терке, смешать со сливками, молоком и вином. Вылить в кастрюльку и нагреть на небольшом огне 2–3 мин (смесь должна начать кипеть). Взбить яйца с желтками и оставшейся порцией сахарной пудры (125 г).

Медленно влить молочную смесь в яичную, постоянно помешивая. Затем процедить в большой кувшин. Кокосовую стружку обжарить до золотистого цвета.

Разлить крем по формочкам (поставить их на противень). Налить в противень горячей воды до половины высоты формочек. Запечь на медленном огне 1,5 часа (пока крем слегка не загустеет). Снять формочки с противня, накрыть пленкой и поставить в холодильник минимум на 4 часа.

Перед подачей на стол слегка отделить крем от краев чашки и перевернуть на сервировочную тарелку. Украсить готовое блюдо кокосовой стружкой, подавать с маленькими хрустящими тонкими блинчиками.

Украсить это блюдо можно также тонкими «нитями» жженого сахара или фруктовыми цукатами в виде тонких листочков.

Грейпфрутовая мечта

2 грейпфрута
2 ст. л. ликера (какао)
2 ст. л. коричневого сахара
щепотка корицы
4 вишенки

Разрезать грейпфруты пополам и специальным ножом разделить дольки (не вынимая их из кожуры), полить ликером, посыпать корицей и коричневым сахаром, украсить вишенкой, охладить и есть.

Десерт «Райский сад»

1 ананас
2 банана
3 киви
1 спелая папайя
2 ст. л. ванильного сахара
сок 1 лимона
125 мл сливок
500 г йогурта
1 ст. л. сахара
0,5 ч. л. молотого имбиря
1 ч. л. мелко нарезанной мелиссы

Ананас вымыть и обсушить. Вырезать по его длине «крышку» высотой около 3 см, противоположную сторону ананаса «спрямить», чтобы фаршированный плод был устойчивым, Мякоть ананаса вынуть и нарезать кубиками, а бананы — кружочками. Киви и папайю очистить и нарезать кубиками. Фрукты смешать с ванильным сахаром и лимонным соком, уложить в ананас, обернуть фольгой и поставить в холодильник. Сливки взбить в крепкую пену. Йогурт смешать с сахаром, имбирем и мелиссой, перемешать со взбитыми сливками. Сервировать соус из йогурта в вазочке. Фаршированный ананас освободить от фольги, прикрыть «крышкой» и подавать к столу. Соус подать отдельно.

Десерт «Океан любви»

4 яблока
половина пакетика желатина
стакан красного вина
кусочек лимонной цедры
1/2 палочки корицы
4 ст. л. малинового желе
2 ст. л. сахара
100 г сливок
2 ст. л. фисташек

Удалить из яблок сердцевину, Замочить желатин в холодной воде. Вскипятить красное вино с 1 ст. л.. сахара, цедрой и корицей, положить яблоки и готовить 10 мин на слабом огне, прикрыв крышкой. Залить желе в яблоки, вынуть цедру и корицу Влить желатин в еще горячее вино и залить яблоки. Поставить в холодильник, Взбить сливки с 1 ст. л. сахара и украсить ими десерт. Сверху посыпать фисташками.

Ванильный мусс с вином

4 желтка
1 яйцо
120 г сахара
5 рюмок белого вина ванилин

Для водяной бани взять большую кастрюлю и нагреть в ней воду. Смешать желтки, яйцо, сахар, ванилин и взбить миксером. Поставить посуду со смесью в кипящую воду и медленно, порциями, влить вино. При этом мусс надо периодически взбивать.

Когда мусс вспенится, разлить его по бокалам. Подавать можно как в горячем, так и в холодном виде.

«Вечерний поцелуй»

3 яичных желтка
3 ст. л. сахара
2 ст. л. марсалы
1 пакетик желатина (растворить в 3 столовых ложках теплой воды.)
для украшения немного взбитых сливок вишенки

Взбить яичные желтки с марсалой и сахаром, добавить желатин. На водяной бане взбивать до загустения. Но не доводить до кипения. Снять с огня и взбивать еще несколько минут. Разлить в два фужера и поставить в холодильник. Перед подачей украсить взбитыми сливками и вишенкой.

Вишни в кляре

700 г вишен
150 г муки
4 яйца
100 г сметаны

У крупных вишен удалить косточки и, тесно прижимая друг к другу, нанизать по 10 ягод на деревянные шпильки. Выложить на бумаге и дать стечь соку. Из муки, яиц и сметаны приготовить кляр. Обсушенные вишни обмакнуть в кляр и обжарить во фритюре. При подаче осторожно удалить деревянные шпильки, посыпать сахарной пудрой с ванилином и уложить горкой на блюдо.

«Взаимная любовь»

чернослив
грецкий орех
взбшлые сливки

Взять свежий чернослив, вынуть косточки, начинить орехом, уложить в пиалу и полить взбитыми сливками.

Эротический десерт Людовика XV

6 желтков
6 белков
100 г сливочного масла
1 пакетик ванилина
6 шт. миндального печенья
200 г сахарного песка

Желтки тщательно взбить с сахарным песком. Отдельно взбить белки и смешать с желтками. Сюда же добавить мелко искрошенное ванильное печение и все тщательно перемешать. Нагреть сковороду, расплавить на ней сливочное масло и слегка зажарить на нем приготовленную смесь. На блюде посыпать ванилином, разделить на 2 части и подавать к столу.

Десерт из папайи

100 г мякоти папайи
2 персика
сок одного розового грейпфрута
75 мл воды
3 ст. л. сахарного песка лед

Смешать все ингредиенты (кроме льда) в миксере. Подавать со льдом.

Блинчики

1/2 стакана муки
1 ст. ложка сахара
4 яйца
1 ст. л. размягченного сливочного масла
Для начинки:
400 г творога

1/4 стакана сахара
ванильный сахар
лимонная цедра
лимонный сок

Все составляющие теста хорошенько смешать или взбить в миксере 2–3 мин. Выдержать тесто около 20 мин под крышкой, затем выпечь блинчики с обеих сторон на горячей сковороде. Для приготовления начинки тщательно смешать творог, сахар, ваниль, цедру и лимонный сок. На каждый еще теплый блинчик положить творожную массу, затем свернуть его в трубочку и красиво разложить блинчики на тарелке. Сверху их можно посыпать сахарной пудрой.

Поместить в заранее нагретую духовку, затем выпечь бисквит. Сверху намазать тонкий слой джема, разложить на нем ягоды, залить приготовленным желе и поставить на 1–2 часа в холодильник.

Розовые лепестки в сахаре

свежие лепестки трех-четырех роз (лучше разноцветных)
1 яичный белок
100 г сахарной пудры

Аккуратно смазать чистые розовые лепестки слегка взбитым яичным белком. Посыпать их сахарной пудрой через мелкое сито так, чтобы лепестки полностью покрылись сахаром. Стряхнуть излишек пудры и оставить сохнуть, выложив на пергамент. Такие лепестки можно некоторое время хранить в плотно закрывающемся контейнере.

Напитки

В моменты интимных отношений без напитков не обойтись. Не только потому, что хочется пить. Умело составленные напитки снимают усталость, создают легкое эротическое возбуждение, их аромат приподнимает настроение. А это необходимо практически любому человеку в любом возрасте. Напитки могут быть свежими, только что приготовленными или заготовленными заранее. Встречайте любимого или любимую у порога с напитком любви, и вскоре вы убедитесь, что не зря старались!

Кофе «Африканская страсть»

4 ч. л. свежемолотого кофе мелкого помола, лучше всего кенийской арабики
4 чашки (400 мл) кипятка
1 неполная ч. л. какао-порошка
щепотка молотой корицы
50 г коньяка
сахар

Смешать все ингредиенты (кроме коньяка) и варить на очень медленном огне, пока пенка не начнет слегка подниматься. В готовый напиток добавить коньяк.

Кофе с вином «Восточная сказки»

3 ч. л. свежемолотого кофе
2 стакана воды
1 стакан вина
1 ч. л. меда
1 ч. л. сахара
1 ч. л. сухих соцветий календулы

Кофе перемешать с календулой, засыпать в горячую воду, добавить сахар и быстро довести до кипения. Затем постепенно влить вино и снова довести до кипения. Готовый напиток разлить в кофейные чашки и заправить медом.

Для приготовления этого напитка можно использовать как красное, так и белое вино. В качестве растительных добавок так же будут хороши цветы цикория, одуванчика, василька и др.

Кофе с травами «Эликсир любви»

1 ст. л. молотого кофе
1 ч. л. сухой душицы обыкновенной
1/2 ч. л. листьев лимонника (в сухом виде)

Кофе перемешать с сухими листьями душицы и измельченными листьями лимонника. Смесь залить двумя стаканами горячей воды и, медленно помешивая, довести до кипения. После чего сразу же снять с огня и настаивать 5–6 мин. Затем отвар процедить и слегка подсластить сахаром.

Кофе с чаем «Лунный сеет»

1 ст. л. сухого чая
1 ст. л. суррогатного кофе
3 стакана воды
1 стакан молока
1 ч. л. сухой мяты перечной

Перемешать все сухие компоненты и залить их кипящей водой. Снова довести до кипения, сразу же снять с огня и настаивать 8–10 мин. После чего отвар слить, процедить и смешать с горячим молоком.

Напиток «Наваждение»

1 ч. л. молотого кофе
1 ч. л. сухого чая
1 ч. л. натертой на мелкой терке моркови
1 ч. л. меда
1 стакан яблочного сока
1 стакан воды

В горячую воду всыпать чай и кофе, поставить на огонь, довести до кипения и сразу же снять с огня. В горячий яблочный сок положить натертую морковь. Этот компонент напитка тоже довести до кипения, снять с огня и настаивать в течение 10 мин. После чего оба компонента процедить, соединить, нагреть и приправить медом. Употреблять горячим.

Напиток «Страсть»

1 ч. л. молотого кофе

1 ч. л. чайной заварки
1 стакан яблочного сока
1 ч. л. натертой на мелкой терке моркови
1 ч. л. меда
1 ч. л. корицы

В горячую воду засыпать кофе и заварку, быстро довести до кипения. В горячий яблочный сок добавьте тертую морковь, доведите до кипения и настаивайте в течение 10 мин. Оба состава процедите, перемешайте, вновь подогрейте, добавьте мед. Пить в горячем виде.

Мокко «Ванильные облака»

1 л молока
1 стручок ванили или 2–3 капли ванильного экстракта
300 мл крепкого черного кофе
3 ст. л. ванильного сахара
110 г горького шоколада
150 мл взбитых сливок
6 палочек корицы, молотый мускатный орех

Вылить 600 мл молока в кастрюлю. Добавить стручок ванили и поставить кастрюлю на слабый огонь, не доводя до кипения. Дать настояться 10 мин и вынуть ваниль. В это время смешать кофе с оставшимся молоком в большом огнеупорном кувшине.

Снова поставить кастрюлю с молоком на огонь и добавить ванильный сахар (вместе с экстрактом ванили, если использовать его). Довести до кипения и убавить огонь. Положить квадратики шоколада в молоко. Осторожно нагреть, помешивая, пока шоколад не растает.

Вылить молоко с шоколадом в кувшин и взбить до появления пены. Подавать в высоких кружках или стаканах со взбитыми сливками, палочкой корицы (ей можно размешивать сливки) и щепоткой мускатного ореха.

Кофе-брюлле

цедра 1 апельсина, снятая длинной спиралью
цедра 1 лимона, снятая длинной спиралью
4 кусочка сахара
6 палочек гвоздики
1 палочка корицы
150 мл коньяка

3–4 ст. л. Кюрасао или апельсинового ликера

400 мл крепкого черного кофе

Положить апельсиновую и лимонную цедру в глубокую сковороду. Добавить сахар, гвоздику, корицу, бренди и кюрасо или ликер. Нагреть, постоянно помешивая, пока сахар не растворится.

Сварить кофе. Затем поджечь смесь с бренди и медленно, тонкой струйкой влить в нее кофе. Подавать сразу с палочкой корицы и украшениями из апельсина.

Кофе по-ирландски

4 мл ирландского виски

1–2 ч. л. коричневого сахара (по вкусу можно добавить и больше)

чашка очень крепкого горячего кофе (125 мл)

2 ст. л. взбитых сливок

Стакан кофе подогреть в горячей воде около 1–2 мин. После этого достать стакан из воды. Виски, сахар и кофе добавить в стакан и хорошо размешать, до тех пор, пока сахар совсем не растворится. Сливки осторожно поместить на коктейль и подать на стол.

Шоколадный коктейль для двоих

100 г шоколада

4 шарика ванильного мороженого

4 стакана молока

Взбить 100 г шоколада с 4 шариками ванильного мороженого и 4 стаканами молока.

Напиток из какао

какао

1/2 плитки горького шоколада

0,5 ч. л. меда

0,3 ч. л. корицы щепотка имбиря

Сварить какао без сахара на двоих. Перед кипением добавить ингредиенты.

Налиток «Эротический»

1 ч. л. смородины (сухие листья)
1 ч. л. ромашки аптечной
1 ч. л. редьки черной тертой
1 яблоко
1 ч. л. одуванчика лекарственного (сухие листья)
1 ст. л. меда
3 л воды

Все компоненты смешать, залить кипятком, довести до кипения, настоять в течение 1 ч. Отвар слить и выпить в течение дня.

Напиток «Сексуальный»

1 ч. л. малины (сухие листья)
2 ст. л. коньяка
1 ч. л. календулы (сухие листья)
тмин
1 ч. л. шиповника (сухие цветки)
3 стакана воды

В кипящую воду добавить смесь всех трав, тмин, довести до кипения и сразу снять. Настаивают 30 мин. Отвар слить, добавить коньяк и теплым подать к столу. Оставшуюся после слива гущу, распаренные листья, цветы, тмин пропустить через мясорубку, смешать с равным количеством меда и подать на стол вместо варенья.

Коктейль «Пламя страсти»

1 яблоко
1 ст. л. аптечной ромашки
1 ч. л. листьев смородины
1 ч. л. тертой редьки
1 ч. л. листьев одуванчика
1 ст. л. сахара

Все смешать и залить 3 л воды, настаивать 30 мин.

Возбуждающий напиток «Взрыв страстей»

1 яблоко
1 ст. л. ромашки аптечной
1 ч. л. сухих листьев смородины

1 ч. л. тертой редьки
1 ч. л. сухих листьев лекарственного одуванчика
1 ст. л. сахара 3 л воды
1 ч. л. корицы

Все компоненты перемешать, залить горячей водой, довести до кипения и настаивать без нагревания 15–20 мин. Затем отвар процедить и употреблять в горячем виде в течение дня.

Напиток «Ночная песнь»

10 желтых соцветий одуванчика
2 листика одуванчика
5 цветков клевера
I ст. л. рубленых листьев смородины
1 ст. л. тертой сырой моркови
i *ст. л. тертой сырой репы*
1 ч. л. меда
1 грецкий орех
5 стаканов воды

Все дикорастущие компоненты промыть и пропустить через мясорубку вместе с морковью, репой и орехом. Полученную смесь залить кипящей водой и довести до кипения, после чего без нагревания настаивать 15–20 мин. Затем отвар процедить и заправить медом.

Напиток «Эротический сон»

1 ст. л. тертой сырой моркови
1 ст. л. сухой тертой редьки
1 ст. л. сухой крапивы
1 ч. л. меда
1 стакан молока
4 стакана воды

Натертые овощи перемешать с крапивой, залить кипящей водой и поставить на огонь. Довести до кипения, снять с огня и настаивать 8–10 мин. После чего отвар процедить и смешать с теплым молоком и медом. Употреблять горячим.

Очищающий напиток «Страсть и боль»

1 ст. л. сухих листьев березы

1 ст. л. сухой мяты перечной
1 ст. л. рубленых свежих листьев малины
по 1 ч. л. тертых сырых моркови и свеклы
1 ч. л. меда
2 кусочка сахара
2 л воды
лимонная кислота по вкусу

Все компоненты, кроме сахара и меда, перемешать, залить горячей водой, довести до кипения и настаивать без нагревания 15–20 мин. Затем отвар процедить, заправить медом и добавить сахар. Пить в горячем виде.

В оставшуюся от процеживания гущу, чтобы максимально использовать растения и добавки, можно снова добавить горячую воду и повторить процесс.

Чай «Возбуждающий»

1 столовая ложка сухого чая
1/2 ч. л. мяты перечной
1/2 ч. л. ромашки аптечной
1/2 ч. л. листьев малины
3 стакана воды

Чай перемешать с хорошо размельченными травами (все травы должны быть в сухом виде), залить крутым кипятком и настаивать в плотно закрытой посуде 8–10 мин. Подавать горячим, с медом, изюмом и сладкими фруктами.

Напиток «Неистовое танго»

1 ст. л. порошка кофе
1 ст. л. подорожника
1 яблоко
600 мл воды

Яблоко натереть на терке и быстро залить горячей водой. Добавить сухой лист подорожника, довести до кипения и сразу же снять с огня. Настаивать 10–15 мин, процедить и пить в горячем виде.

Сексуальный напиток

2 ст. л. коньяка

1 ч. л. сухих листьев малины
1 ч. л. сухих цветов календулы
1 ч. л. сухих листьев шиповника
3 стакана воды тмин на кончике ножа

В кипящую воду добавить всю смесь сухих трав, тмин, довести до кипения и сразу же снять с огня и настаивать 20–25 мин. Отвар слить, добавить коньяк и сразу же подать напиток в теплом виде.

Коктейль «Истинная любовь»

взбитые сливки
50 г бананового ликера
50 г ликера бейлис
100 г ананасового сока

Все взбить в шейкере с колотым льдом. Сверху украсить взбитыми сливками.

Коктейль «Вечерние сумерки»

40 мл водки
30 мл вишневого ликера
30 мл слизок 10 %-ных
2 кусочка льда

Смешать водку, вишневый ликер и 10 % — ные сливки. Положить в бокал лед.

Коктейль «Цитрусовый эликсир»

100 мл коньяка
0,5 л красного вина
100 мл вермута
100 мл лимонада

В красное вино влить коньяк, вермут и лимонад, который можно приготовить тут же из воды, сахара и лимонного сока, все хорошо размешать. Подать охлажденным.

Коктейль «Мой желанный»

10 мл коньяка

10 мл настойки «Южная» или «Юбилейная»
10 мл вишневой наливки
10–20 мл белого вермута
1 ч. л. апельсинового ликера
1–2 капли «Рижского черного бальзама»

Смешать «Южную» или «Юбилейную» настойку, вишневую наливку, коньяк, белый вермут и апельсиновый ликер. Перед подачей ароматизировать 1–2 каплями «Рижского черного бальзама». Подать охлажденным.

Коктейль «Кама-сутра»

1 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. меда
1 ст. л. лакричного порошка
150 мл молока
150 мл сока укропа

Вымыть и обсушить укроп. Отжать 150 мл укропного сока. Вылить сок в блендер и хорошо смешать с остальными ингредиентами. Разлить в 2 наполненных льдом бокала.

Коктейль «Мятная свежесть»

40 мл водки
30 мл мятного ликера
30 мл сливок 10 %-ных.

Смешать водку, мятный ликер и 10 % — ные сливки. Оформлять не надо.

Французский коктейль «Брианд»

25 мл коньяка
15 мл «Французского домашнего ликера»
40 мл шампанское
1 кружочек апельсина
1–2 кусочка льда

Смешать французский коньяк «Брианд», «Французский домашний ликер» и шампанское.

Коктейль «Бессмертная любовь»

30 г ванили
30 г корицы
30 г женьшеня
30 г ревеня
1 л вина малага или старое шабли
15 капель амбры

Настаивать в течение 15 дней. Ежедневно взбалтывать. После фильтрации добавить 15 капель амбры. Если ее нет, то можно заменить маслом сандала. Принимать по 30 мл.

Коктейль «Идеальная пара»

40 г цедры лимона
30 г чабреца
15 г корицы
10 г кориандра
10 г кожуры мускатного ореха
2 л белого сухого вина

Смесь настаивать в течение двух недель, затем добавить сахарный сироп (2 кг сахара на литр воды), профильтровать. Принимать по 50 мл.

Грог «Пламенный поцелуй»

2 ст. л. коньяка
по 1 ч. л. измельченных сухих листьев малины, календулы
3 стакана воды
тмин

Воду вскипятить, всыпать в нее смесь из сухих листьев, тмин и настаивать 30 мин. Затем настой процедить, добавить коньяка, немного меда или малинового сиропа.

Грог «Грезы»

1/2 стакана рома или коньяка
1 стакан красного сухого вина
1 сухая веточка можжевельника
1 кусочек сахара

Сухое вино перемешать с измельченной веточкой можжевельника, прогреть до 70–80 °С и настаивать на водяной бане 10–15 мин — чтобы ароматические вещества можжевельника

перешли в вино. Раствор процедить и перемешать с ромом или коньяком. Добавить сахар, перемешать, подогреть и разлить в высокие тонкостенные бокалы. Употреблять горячим. Особенно великолепен этот грог в холодную сырую погоду.

Грог «Волшебство»

1 стакан минеральной воды
1/2 стакана рома или коньяка
1 ст. л. фруктового сиропа
2 кусочка льда

В высокие тонкостенные бокалы положить кусочки льда и налить охлажденную минеральную воду. Затем влить фруктовый сироп, смешанный с коньяком или ромом, и сразу же подавать.

Напиток «Песнь души»

1 стакан сухого белого или красного вина
1/2 стакана молочной сыворотки
1 ч. л. меда
1 ч. л. натертой на мелкой терке сырой свеклы
1 ч. л. сухой мяты

Свеклу перемешать с мятой, залить молочной сывороткой, поставить на огонь и довести до кипения. Сразу же снять с огня и настаивать 20–30 мин. Затем отвар процедить, перемешать с вином, подогреть, добавить мед и подавать в горячем виде.

Напиток «Женский секрет»

2 ст. л. коньяка
1 ч. л. сухих листьев малины
1 ч. л. цветов календулы
1 ч. л. листьев шиповника
3 стакана воды тмин на кончике ножа

В кипящую воду засыпать всю смесь сухих трав и тмин, снова довести до кипения, быстро снять с огня и настаивать 20–25 мин. Затем отвар процедить и добавить в него коньяк. Подавать напиток в теплом виде.

Оставшуюся после процеживания отвара гущу можно пропустить через мясорубку, перемешать с равным количеством меда и подавать к чаю вместо варенья.

Эротический напиток «Неистовая Афродита»

1 ч. л. сухой ромашки аптечной
1 ч. л. крапивы
1 ч. л. листьев малины
1 стакан горячей воды
1/2 стакана белого вина или виноградного сока
1 ч. л. меда

Смесь трав залить 1 стаканом горячей воды, довести до кипения и настаивать 20–30 мин. После чего процедить, смешать с белым вином или виноградным соком и добавить мед. Подавать в теплом виде.

Любовный эликсир

1/2 стакана пива
1 ч. л. сухой ромашки аптечной
1 ч. л. сухой душицы обыкновенной
1 яблоко
2 стакана воды

Сухую ромашку, душицу смешать, довести до кипения, добавить тертое яблоко, горячую воду, довести до кипения, снять с огня и настаивать 10–12 мин. Отвар слить смешать с теплым пивом. Подавать в теплом виде.

Напиток «Огонь любви»

1 стакан виноградного сока
1/2 стакана красного сухого вина
1 грецкий орех
1/2 ч. л. зверобоя продырявленного
1 ч. л. сухих, желтых соцветий одуванчика
1 ч. л. тыквенных семечек, очищенных
1 ч. л. сухой черники
3 стакана воды
1 ч. л. меда

Все сухие травы, плоды, семена соединить, мелко натолочь, чтобы облегчить экстракцию напитка, залить горячей водой, добавить измельченный грецкий орех и быстро довести до кипения, сразу же снять с огня и настаивать с плотно закрытой крышкой около 20 мин — добавить мед, вино и подать.

Лирический напиток для мужчины

1 свежее яблоко
1 ст. л. квашеной капусты
1 грецкий орех
1/2 стакана томатного сока
1 ч. л. меда
1 ст. л. тертой репы
1 ч л. смеси сухих трав: мяты перечной, зверобоя продырявленного, листьев малины (в равных соотношениях)
2 стакана воды
1 ст. л. тертой сырой моркови

Яблоки натереть или нарезать тонкими ломтиками, морковь и репу очистить и нарезать соломкой, сухие травы измельчить. Все компоненты смешать, добавить горячую воду, орех, квашеную капусту, быстро довести до кипения и настаивать 10 мин. Процедить, добавить мед, томатный сок и перемешать.

Напиток «Сюрприз для любимой»

1 яблоко
10 черешен
1 ч. л. тертой сырой груши
1 грецкий орех
3 ст. л. водки
3 стакана воды

Яблоки мелко порубить, добавить грушу, черешню без косточек, рубленый орех и залить горячей водой, быстро довести до кипения, сразу же снять с огня и настаивать без нагревания 10–15 мин. Отвар слить и добавить водку и подать в теплом виде.

Грог «Горячий поцелуй»

2 ст. л. коньяка
по 1 ч. л. измельченных сухих листьев малины, календулы
3 стакана воды
тмин
кориандр
гвоздика

Воду вскипятить, всыпать в нее смесь из сухих листьев, тмина, кориандра и гвоздики и настаивать 30 мин. Затем настой процедить, добавить коньяка, немного меда или малинового

сиропа.

«Ванильно-мятный поцелуи»

60 мл ликера Di Saronno Originate
60 мл ликера Bailey's Irish Cream
сахарная пудра
листочки мяты

Заполнить высокие бокалы ликером бейлис. Затем осторожно, по столовому ножу, прислоненному к стенке бокала, долить Di Saronno Originate. Заранее украсить бокалы «снежным ободком» (окунув чуть влажные бокалы ножкой вверх в блюдечко с сахарной пудрой). Сверху положить по листику мяты.

«Снежное чувство»
80 мл ликера Di Saronno Originate
40 мл водки
взбитые сливки
Для украшения:
клубничный сироп
вишенки
лимонный твист
ломтики лимона

Налить водку и ликер в высокий широкий бокал, положить внутрь тонкую спираль из лимонной цедры и залить взбитыми сливками. Сливки сверху сбрызнуть клубничным сиропом, украсить ягодами и ломтиками лимона.

Коктейль «Клубничный»

20 мл клубничной наливки
10 мл лимонного сока
10 мл сахарного сиропа
2 ягоды свежей клубники
60 мл белого портвейна
лед

Наливку, сок, сироп и портвейн смешать в шейкере. В высокий стакан положить лед и влить напиток. Одну ягоду клубники добавить в коктейль, а другой украсить краешек стакана.

Коктейль «Салют любви»

20 мл водки
20 мл апельсинового ликера
20 мл апельсинового сока
20 мл лимонного сока
100 мл газированной воды
1 ч. л. сахарной пудры
лед

Водку, ликер и соки смешать в стакане со льдом и перелить в высокий бокал. Добавить газированную воду и после этого не перемешивать. Затем осторожно, чтобы пена не перелилась через край, всыпать сахарную пудру.

Коктейль «Венец страсти»

20 мл рома
20 мл апельсинового сока
20 мл малинового ликера
взбитые сливки
лед

Ром, сок и ликер смешать в шейкере со льдом и влить в бокал-креманку. Сверху украсить взбитыми сливками и подать с соломинкой.

Коктейль «Плат желаний»

20 мл рома
20 мл вишневог ликера
1 яичный желток
сахарная пудра
тертый миндаль

Бокал украсить сахарной коркой. Для этого намочите края бокала, обмакните в сахарную пудру и обсушите в течение 15–20 мин. Охлажденный ликер вылить в бокал, на него по стенке бокала опустить яичный желток и посыпать его тертым миндалем. Охлажденный ром вылить на желток. Не перемешивать.

«Душевный поцелуй»

20 мл виски Бурбон
20 мл сухого вермута

0,5–1 ч. л. вина Дюбонне
0,5–1 ч. л. апельсинового сока.

Влить все компоненты в шейкер со льдом и хорошенько взбить. Процедить в бокал для коктейля и сразу подавать.

«Весенняя любовь»

20 мл коньяка
20 мл голубого Кюрасао
20 мл мандаринового ликера
20 мл лимонного сока
1 кружочек лимона

Коньяк, Кюрасао, мандариновый ликер и сок хорошо взболтать в шейкере с кубиками льда. Процедить в предварительно охлажденный бокал и украсить кружочком лимона.

«Любовный нектар»

20 мл вишневого бренди черри-бренди
20 мл мятного ликера пепперминт
30 мл клюквенного сока
15 мл лимонной содовой воды.

Влить все компоненты в шейкер со льдом и хорошенько взбить. Процедить в бокал для коктейля и сразу подавать.

«Мятный ветер»

20 мл ирландского ликера Бейлис
20 мл мексиканского ликера Калуа
20 мл шнапса рампл Минц
кофе
взбитые сливки

В ирландской кофейной чашке перемешать все спиртные напитки. Долить кофе и сверху положить взбитые сливки.

«Нежность»

7 мл ирландского ликера Бейлис
7 мл ликера Тия Мария

7 мл ликера Туака
кофе
взбитые сливки

Смешать спиртные напитки в ирландской кофейной чашке. Долить кофе и сверху положить взбитые сливки.

«Ласка»

2 ч. л. ликера Анизет
2 ч. л. абрикосового ликера
2 ч. л. ликера Кюрасо
30 мл водки
1 ч. л. лимонного сока
1/2 шт. абрикоса

Смешать в шейкере все, кроме абрикоса, со льдом и хорошо сбить. Процедить в стакан в старинном стиле, положить лед и пропитанный бренди абрикос.

«Влечение»

20 мл шотландского виски Скотч
20 мл сладкого вермута
20 мл сухого вгрмута
10–15 капель бальзама Ангостура
1 твист из лимона
1 вишня

Смешать все в шейкере со льдом и хорошо сбить. Процедить в стакан в старинном стиле, добавить лед и украсить фруктами.

«Секс на пляже»

15 мл ликера Мидори
15 мл персикового ликера
15 мл ликера Саузерн комфорт
15 мл водки
клюквенный и апельсиновый сок

Ликеры и водку влить в шейкер со льдом и хорошо сбить. Процедить в рюмку шутер, слегка плеснуть клюквенного и апельсинового сока и подавать. Украсить зонтиком и вишенкой.

«Любовь капитана»

30 мл ликера Ди Саронно Ориджинале
30 мл рома капитан Корган
20 мл персикового ликера
30 мл клюквенного сока
10 мл апельсинового сока
лед
Для украшения:
гроздь винограда
вишенка
зонтик
долька лимона

Все ингредиенты смешать в шейкере со льдом. В подготовленный бокал (украшенный сахарным ободком) положить лед (крупными кусками, желательно гладкими) и заполнить коктейлем, наливая через ситечко, чтобы лед из шейкера не попал в бокал. Быстро украсить и сразу же подавать, пока лед не растаял. Лучше подготовить украшения заранее.

Напиток «Тристан и Изольда»

100 г сока сельдерея
50 г сока груши или яблока
30 г женьшеня

Все ингредиенты смешать и взбить.

Коктейль «Идеальная любовь»

40 г цедры лимона
30 г чабреца
15 г корицы
10 г кориандра
10 г кожуры мускатного ореха
2 л белого сухого вина
щепотка ванили

Смесь настоять в течение двух недель, затем добавить сахарный сироп (2 кг сахара на литр воды), процедить. Принимать по 50 мл.

Розовый перно

20 мл абсента Перно

20 мл гранатового ликера
имбирный эль
лед

Тщательно смешать Перно и гранатовый ликер со льдом в высоком стакане. Долить смесь имбирным элем и слегка перемешать.

Дайкири с клубникой

4–5 кубиков колотого льда
5/10 белого рома
2/10 клубничного ликера
3/10 сока лайма
3–4 ягоды свежей клубники
сахарная пудра

Положить колотый лед и клубнику в высокий бокал. Влить в блендер ром, клубничный ликер и сок лайма и перемешивать 30 секунд. Влить смесь в бокал и украсить коктейль сахарной пудрой и долькой клубники.

Коктейль страсти

4–5 кубиков льда
20 мл сиропа Curacao Blue
40 мг джина
апельсиновый сок

Налить Кюрасао в бокал, долить сверху апельсиновым соком, перемешать длинной ложкой и украсить кружком лайма.

Гранатовый шербет с розовым сиропом

2 стакана сока кислых гранатов
1 стакан сахара
1 л воды
1 ч. л. розового сиропа для розового сиропа
1 стакан лепестков роз или шиповника
1 стакан сахарной пудры

Сварить сироп из сахара и воды, немного охладить, добавить розовый сироп, а когда совсем остынет — гранатовый сок и поставить на холод на 45 мин.

«Скарлетт О'Хара»

5 мл «Южного комфорта»
2 мл ягодного сиропа
2 мл свежевыжатого лимонного сока
кубики льда

Все ингредиенты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, после этого встряхивать в течение 15 сек.

Полученную смесь поместить в стакан, процедив сквозь ситечко, добавить кубик льда.

«Маргарита»

4 мл белой текилы
2 мл апельсинового ликера
2 мл свежевыжатого лимонного сока
кубики льда

Все продукты вместе с 4 кубиками льда поместить в шейкер, после этого сильно встряхивать его в течение 15 сек.

Полученную смесь пропустить сквозь ситечко, залить в стакан с одним кусочком льда.

Клубничная «Маргарита»

5 мл белой текилы
2 мл апельсинового ликера
2 мл свежевыжатого лимонного сока
2 мл земляничного сиропа
3–5 свежих зрелых ягод земляники (или свежемороженных ягод)
кубики льда

Землянику помыть, очистить и превратить в пюре. Остальные продукты, с 4 кубиками льда переложить в шейкер, после этого интенсивно встряхивать в течение 15 сек и перелить в стакан сквозь ситечко.

Кайпирина

Вариант 1
1–2 лимона с сахаром (невыдавленных)
1 ст. л. коричневого тростникового сахара

6 мл Cachaca de Carice
1 мл сиропа сахара
Вариант 2 *1/4–1/2 апельсина*
1 ст. л. коричневого тростникового сахара
6 мл коричневой текилы
1 мл сахарного сиропа
Вариант 3
1–2 лимона с сахаром (невыдавленных)
1 ст. л. белого сахара
6 мл водки
1 мл сиропа сахара
Вариант 4 (безалкогольный)
1–2 лимона с сахаром (невыдавленных)
1 ст. л. коричневого тростникового сахара
6 мл Ginger Ale
1 ст. л. сахарного сиропа
Все ингредиенты смешать и разлить по бокалам.

Коктейль «Королевский»

3 мл апельсинового ликера
4 мл белого рома
1 мл бананового нектара
1 мл Blue Curacao
12 мл ананасового сока
кубики льда
Все продукты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, встряхивать в течение 20 сек. Полученную смесь перелить в стакан с одним кубиком льда сквозь ситечко.

Дайкари

5 мл белого рома
3 мл свежевыжатого лимонного сока
2 мл сиропа сахара
кубики льда
Все ингредиенты с 4 кубиками льда поместить в шейкер. Энергично встряхивать в течение 15 секунд. Содержимое шейкера процедить в бокалы сквозь ситечко.

Белый перно

5 мл Pernod
4 мл сливок
2 мл миндального сиропа
6 мл апельсинового сока кубики льда

Все продукты с 4 кубиками льда поместить в шейкер. Интенсивно встряхивать в течение 30 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кубиком льда через ситечко.

Консервативный

1 ч. л. сахарного сиропа
8 капель Angostura
5 мл бурбона
кубики льда

Сахарный сироп добавить в стакан, капнуть Angostura. Добавить родниковой воды и кусочек сахара.

Положить в стакан лед, добавить бурбон и перемешать с помощью ложечки.

Бренди «Александр»

5 мл коньяка
3 мл крема какао
3 мл сливок
1 щепотка натертого мускатного ореха
кубики льда

Все продукты с 4 кубиками льда поместить в шейкер. Активно встряхивать примерно 30 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кубиком льда через ситечко. Посыпать мускатным орехом.

Малибу

6 мл малибу
2 мл кокосового сиропа
3 мл сливок и кокосовая стружка или мякоть плодов манго

Апельсиновый

5 мл куантро
3 мл крема какао
3 мл сливок
натертая корка апельсина

Амаретто

6 мл амаретто
2 мл миндального ликера
3 сы. л. сливок порошок какао
Все игредиенты смешать и разлить в бокалы.

Грассхоппер

4 мл ментолового ликера
3 мл крема какао
3 мл сливок
1 щепотка натертых фисташек кубики льда
Все продукты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, закрыть его. Встряхивать в течение 30 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кубиком льда через ситечко. Посыпать тертыми фисташками.

Кинг-Конг

6 мл бананового нектара
8 мл белого рома
4 мл нектара маракуйи
2 мл бананового сиропа кубики льда
Все продукты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, закрыть его. Энергично встряхивать в течение 20 сек.

Содержимое шейкера процедить в стакан с кубиком льда через ситечко.

Мартини «Терпкий поцелуй»

5 мл джина несколько кубиков льда
1 мл терпкого вермута
Налить в стакан джин, добавить кубики льда. Затем влить вермут. Коротко перемешать с помощью ложечки.

Добавить кубики льда и перелить в бокал через ситечко.

«Коляска»

4 мл коньяка
2 мл апельсинового ликера
2 мл свежевыжатого лимонного сока кубики льда

Все продукты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, закрыть его. Интенсивно встряхивать в течение 15 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кубиком льда через ситечко.

«Вечер в Париже»

3 мл коньяка
3 мл Galliano
4 мл сливок

Все продукты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, закрыть его. Встряхивать в течение 30 сек. Содержимое шейкера перелить в стакан с кубиком льда через ситечко и посыпать шоколадной стружкой.

«Джек Демпси»

2 мл Calvados
2 мл джина
2 мл тройного Кюрасао
2 мл свежевыжатого лимонного сока
1 мл гренадинового сиропа
несколько капель перно
кубики льда

Все ингредиенты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, закрыть его. Сильно встряхивать в течение 15 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кубиком льда через ситечко.

Белый русский

5 мл водки
1 мл кофейного ликера

1 ст. л. взбитых сливок
кубики льда

Положить несколько кубиков льда в стакан, добавить водку и кофейный ликер. Все коротко и сильно перемешать с помощью ложечки, налить через ситечко в стакан с кусочком льда. Сверху положить взбитые сливки.

«Танец страсти»

2 мл Galliano
2 мл белого рома
1 мл апельсинового ликера
8 мл ананасового сока
1 мл свежевыжатого лимонного сока
кубики льда

Все ингредиенты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, запереть его. Энергично встряхивать в течение 15 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кусочком льда через ситечко.

«Золотые грезы»

3 мл ликера апельсинов
3 мл Galliano
3 ст. л. апельсинового сока
3 мл сливок
кубик льда

Все ингредиенты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, запереть его. Энергично встряхивать в течение 30 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кусочком льда через ситечко.

Горький тропический

2 мл горького Cinzano
2 мл джина
3 мл апельсинового ликера
4 мл свежевыжатого апельсинового сока
кубики льда

Все ингредиенты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, запереть его. Энергично встряхивать около 15 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кусочком льда через ситечко.

«Правило буравчика»

4 мл джина
2 мл свежевыжатого лимонного сока с сахаром
содовая или минеральная вода
кубики льда

Джин и лимонный сок с 4 кубиками льда перелить в чистый стакан. Слегка размешать, и залить в стакан с кусочком льда через ситечко.

По желанию и в зависимости от вкуса можно добавить содовую или минеральную воду.

«Сладкое искушение»

2 мл земляничного сиропа
2 мл сливок
6 мл ананасового сока
4 мл нектара маракуйи
4 мл абрикосового нектара
2 мл Batida de Coco
4 мл белого рома кубики льда

Все составные части с 4 кубиками льда поместить в шейкер, запереть его. Энергично встряхивать в течение 15 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кусочком льда через ситечки.

«На седьмом небе»

8 мл свежевыжатого апельсинового сока
8 мл сока ананаса
2 мл зеленого сиропа мятного ликера
2 мл сиропа кокосовой пальмы,
2 капли сока лимона с сахаром
2 мл белого и коричневого рома кубики льда

Все составляющие с 4 кубиками льда поместить в шейкер, запереть его. Энергично встряхивать в течение 20 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кусочком льда через ситечко.

«Маленькая фея»

3 мл коричневого рома
1 мл апельсинового ликера
2 мл свежевыжатого лимонного сока с сахаром
холодная кока-кола в качестве наполнителя
кубики льда

Перелить апельсиновый ликер и лимонный сок с 3 кубиками льда в стакан и сильно перемешать с помощью ложечки. Кока-колу вливать очень осторожно, так как она сильно пенится.

«Миледи»

4 мл ирландского виски
2 мл апельсинового ликера
2 мл свежевыжатого лимонного сока
1 мл земляничного сиропа для наполнения тоник кубики льда

Виски, апельсиновый ликер, лимонный сок и земляничный сироп с 4 кубиками льда поместить в шейкер, запереть его. Энергично встряхивать в течение 15 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кусочком льда через ситечко, добавить тоник по вкусу.

«Мартовская кошка»

10 мл ананасового сока
4 мл апельсинового сока
2 мл кокосового сиропа
2 мл сливок
кубики льда

Все компоненты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, запереть его. Энергично встряхивать в течение 15 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кусочком льда через ситечко.

«Летний сон»

10 мл апельсинового сока
6 мл нектара маракуйи
2 мл миндального сиропа
2 мл сливок

кубики льда

Все компоненты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, запереть его. Энергично встряхивать в течение 30 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кусочком льда через ситечко.

«Кошачьи коготки»

2 мл сиропа гренадина
6 мл ананасового сока
6 мл апельсинового сока
6 мл грейпфрутового сока.

Все ингредиенты с 4 кубиками льда поместить в шейкер, запереть его. Энергично встряхивать в течение 15 сек.

Содержимое шейкера перелить в стакан с кусочком льда через ситечко

«Кровавая Мэри»

6 мл водки
5 мл свежевыжатого лимонного сока
капля соуса вустер
2 капли соуса табаско
томатный сок
кубик льда
1 щепотка соли, черный перец

Водку и лимонный сок с 4 кубиками льда размешать в стакане, долить томатный сок. Приправить вустером и табаско, сильно приправить солью и молотым перцем.

Рецепт Авиценны

Этот рецепт мы даем скорее в шутку, так как необходимые компоненты для него достать почти невозможно.

хвост нильского варана 45 г
семена моркови 30 г
семена репы 30 г
семена белого сладкого лука 30 г
семена крапивы 30 г
семена черного перца 15 г
семена белого перца 15 г

семена длинного перца 15 г
петушиные яйца 30 г
печеный мышиный лук 12 г
семена ясеня 18 г
воробьиные мозги 12 г

Все измельчить, смешать с коровьим маслом и медом. Масла взять 1/3, а меда — 2/3 и поместить в стеклянную банку. Принимать по 1,5 г смеси 3 раза в день после еды, запивая десертным вином.